

## Pengaruh Strategi *Active learning* dalam Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Tim Bola Voli MI Muhammadiyah Karanganyar

Bagus Nur Fadlullah<sup>1,\*</sup>, Alfiah Rizqi Azizah<sup>1</sup>, Riyan Jaya Sumantri<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen

<sup>2</sup>Universitas Lampung

\*Corresponding Author: [bagusnurfadulloh@gmail.com](mailto:bagusnurfadulloh@gmail.com)

### Abstrak

Kemampuan passing atas merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli. Namun, hasil observasi awal menunjukkan bahwa kemampuan passing atas pada Tim Bola Voli MI Muhammadiyah Karanganyar masih belum optimal, ditandai dengan rendahnya akurasi dan konsistensi dalam pelaksanaan teknik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan metode *active learning* terhadap peningkatan kemampuan passing atas siswa. Metode yang digunakan adalah *Nonequivalent Control Group Design* dengan sampel sebanyak 18 siswa, yang dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengumpulan data dilakukan melalui tes praktik passing atas, dan data dianalisis menggunakan uji normalitas, homogenitas, uji F, dan uji t dengan bantuan aplikasi SPSS. Hasil uji F menunjukkan nilai sebesar 6,969 dengan signifikansi 0,018 ( $p < 0,05$ ), dan uji t menghasilkan nilai -2,640 dengan signifikansi yang sama ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari strategi *active learning* terhadap peningkatan kemampuan passing atas. Penerapan strategi *active learning* terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan passing atas pada siswa sekolah dasar. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang pembelajaran yang lebih interaktif dan berpusat pada siswa. Disarankan agar strategi *active learning* diterapkan secara lebih luas dalam pembelajaran teknik dasar olahraga, khususnya di tingkat pendidikan dasar.

**Kata Kunci:** Strategi *Active learning*; Keterampilan Passing atas; Bola Voli

Received: 19 Jun 2025; Revised: 30 Jun 2025; Accepted: 30 Jun 2025; Available Online: 30 Jun 2025

### 1. PENDAHULUAN

Berbicara tentang pendidikan jasmani, tentunya tidak dapat terpisahkan dari keseluruhan sistem dari pendidikan. Proses ini menggunakan aktivitas fisik yang dirancang secara sistematis untuk mengembangkan berbagai aspek pada diri individu, mulai dari kemampuan organik, neuromuskuler, dan perseptual, hingga aspek kognitif, sosial, dan emosional (Supriatna et al., 2021). Pendapat tersebut senada dengan pendapat (Singaperbangsa et al., 2020) yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani berperan sebagai sarana untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai-nilai (meliputi sikap mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat. Seluruh aspek tersebut bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik secara seimbang dan menyeluruh. Pendidikan Jasmani tidak hanya berfokus pada kemampuan fisik, tetapi juga mencakup tiga aspek utama perkembangan peserta didik, yaitu: kognitif (pengetahuan dan pemahaman), afektif (sikap dan nilai), serta psikomotorik (keterampilan gerak). Ketiga aspek ini saling berkaitan dan berkontribusi dalam membentuk pribadi yang sehat, aktif, dan berkarakter (Lahinda et al., 2022). Bentuk pendidikan yang berfokus pada pengembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan gerak manusia salah satunya adalah pendidikan jasmani. Pembelajaran ini tidak hanya menekankan aspek fisik, tetapi juga mencakup pemahaman dan nilai-nilai yang berkaitan dengan aktivitas jasmani secara menyeluruh (Lubis et al., 2017).

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan di sekolah-sekolah manapun, yaitu sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh siswa. Mata pelajaran ini mempunyai kekhasan tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktivitas gerak fisik sebagai sarana/media dalam mendidik siswa serta memerlukan alat dan tempat yang luas (Novri, 2020). Proses pembelajaran pendidikan jasmani seharusnya mampu mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, dan strategi dalam permainan atau olahraga. Pembelajaran ini harus dapat memberikan penanaman berbagai nilai positif seperti nilai sportivitas, kerjasama, melatih sikap jujur, serta kebiasaan hidup dengan sehat (Suyuti & Hakim, 2018). Aktivitas gerak dalam pembelajaran pendidikan jasmani di jenjang sekolah dasar atau

madrasah ibtidaiyah lebih difokuskan pada pengembangan kemampuan motorik anak secara menyeluruh (*multilateral*). Materi yang disampaikan disesuaikan dengan tahap-tahap perkembangan anak, sehingga pembelajaran lebih menekankan pada proses pertumbuhan fisik dan koordinasi gerak yang sesuai dengan usia mereka (Supriatna et al., 2021). Dalam tinjauan teori, pendidikan jasmani memiliki peran penting sebagai salah satu komponen utama yang wajib ada dalam proses pendidikan anak (Mustafa, 2022).

Secara umum tujuan Pendidikan Jasmani adalah untuk mendorong terjadinya perubahan positif, terutama dalam menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang, baik secara jasmani, rohani, maupun emosional. (Lahinda et al., 2022). Perkembangan jasmani bukan satu-satunya yang menjadi fokus dari tujuan pendidikan jasmani, akan tetapi mencakup aspek lain seperti perkembangan mental, moral, dan sosial peserta didik (Supriatna et al., 2021). Tujuan dari pendidikan jasmani untuk memberikan bantuan kepada anak didik dalam proses menuju kematangan/dewasa, senantiasa menanamkan mendukung pertumbuhan fisik melalui nilai-nilai positif serta terhadap terjadinya perkembangan antara lain perkembangan mental, perkembangan sosial, dan perkembangan emosional. Untuk itu, seorang pendidik hendaknya dapat memahami lebih mendalam konsep dan tujuan dari pendidikan jasmani di sekolah agar mampu membimbing siswa secara optimal (Rosmi, 2016). Tujuan pendidikan jasmani tidak semata-mata berfokus pada pengembangan aspek fisik peserta didik, melainkan juga mencakup peningkatan derajat kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir kritis, stabilitas emosi, keterampilan sosial, penalaran logis, serta pembentukan sikap dan tindakan moral. Seluruh tujuan tersebut diupayakan melalui pelaksanaan kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga secara terstruktur dan berkelanjutan (Arifin, 2017).

Bola voli merupakan salah satu materi yang diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan pada jenjang pendidikan dasar (SD/MI). Bola voli merupakan olahraga yang dimainkan secara beregu/tim yang saling bertanding dengan menggunakan jaring/net sebagai pemisah antar tim. Permainan ini dilakukan dengan memantulkan bola menggunakan tangan, dengan tujuan untuk melewatkan bola ke area lawan dan mencegah bola jatuh di area sendiri (Lubis et al., 2017). Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang bersifat beregu. Agar permainan dapat berjalan dengan baik, setiap pemain setidaknya harus menguasai teknik dasar dalam bermain bola voli (Adhi et al., 2023). Tujuan utama pemain dalam permainan bola voli adalah menjatuhkan bola ke area permainan lawan secepat dan seefektif mungkin melalui atas net, menggunakan bagian tubuh dari pinggang ke atas. Dalam pelaksanaannya, pemain harus memantulkan bola sesuai dengan ketentuan yang diatur dalam peraturan permainan (Azahrah et al., 2021).

Salah satu faktor penting dalam mempelajari dan menguasai permainan bola voli ialah kemampuan menguasai teknik dasar passing (Suyuti & Hakim, 2018). Passing sendiri adalah keterampilan dasar yang digunakan untuk mengoper bola kepada rekan satu tim dalam permainan bola voli, agar bola tetap dapat dimainkan di area sendiri secara efektif (Adhi et al., 2023). Selain bertujuan untuk memenangkan pertandingan, bola voli juga menjadi sarana untuk mengembangkan keterampilan fisik seperti kelincahan, kekuatan, dan koordinasi, serta melatih kemampuan mental seperti konsentrasi dan pengambilan keputusan cepat. Lebih dari itu, permainan bola voli turut menanamkan nilai-nilai sportivitas, kerjasama, dan sikap saling menghargai, yang penting dalam pembentukan karakter peserta didik maupun atlet (Ummah, 2019).

Salah satu keterampilan dasar passing adalah passing atas. Keterampilan ini merupakan teknik mengoper yang dilakukan dengan menggunakan ujung jari tangan pada permainan bola voli, biasanya disaat datangnya bola ketinggian setara dengan pundak atau bisa lebih tinggi. Cara ini digunakan untuk mengarahkan bola secara akurat kepada rekan satu tim, baik dalam situasi menerima servis maupun saat menyusun serangan (Adhi et al., 2023). Hal senada juga disampaikan (Lubis et al., 2017) yang menyatakan passing atas atau *overhead pass* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang dilakukan dengan cara melambungkan bola menggunakan kedua telapak tangan.

Passing atas dilakukan dengan cara membuka kedua telapak tangan membentuk seperti mangkuk, dengan jari-jari tangan diregangkan dan membentuk segitiga kecil menggunakan ibu jari dan jari telunjuk. Bola disentuh dengan ujung jari-jari, bukan telapak tangan, agar kontrol bola lebih baik dan arah umpan lebih akurat (Ummah, 2019). Teknik ini bertujuan untuk mengoperkan bola secara akurat kepada rekan satu tim, baik sebagai umpan untuk menyusun serangan maupun untuk menjaga kelangsungan permainan di lapangan. Penggunaan passing atas biasanya dilakukan saat bola datang dari arah atas dengan kecepatan yang dapat dikendalikan.

Pelaksanaan kegiatan permainan bola voli yang dilakukan oleh tim dari MI Muhammadiyah Karanganyar, masih ditemukan sejumlah anggota yang belum menguasai teknik passing atas secara optimal. Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan kualitas pembelajaran agar kemampuan siswa dalam bermain bola voli dapat berkembang lebih baik. Sebagai solusi, dipilihlah penerapan strategi pembelajaran aktif (*active learning*) dalam proses pengajarannya. Metode ini dikenal sebagai pendekatan yang mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi peserta didik. Pembelajaran *Active learning* yang merupakan salah satu metode yang dapat membuat siswa senang. Menurut Pat Hollingworth dan Gina Lewis dalam (Fish, 2020) dijelaskan bahwa pembelajaran aktif (*active learning*) merupakan proses yang berlangsung dengan penuh antusias, dinamis, berkelanjutan, intens, dan memberikan hasil yang optimal. Dalam pendekatan ini, siswa terlibat secara aktif ketika mereka menunjukkan semangat belajar, kesiapan mental, serta mampu menginternalisasi pengalaman yang mereka peroleh selama proses pembelajaran. Sedangkan (Mubayyinah & Ashari, 2017) mengatakan bahwa *Active learning* merupakan sebuah pendekatan dalam proses pembelajaran yang bertujuan untuk mendorong peserta didik agar terlibat secara aktif melalui penerapan beragam metode atau strategi belajar yang variatif. Sedangkan menurut (Fitriyah & Hayati, 2020) *active learning* merupakan pendekatan pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat secara aktif melalui interaksi yang dinamis antara peserta didik dan pendidik selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan pendekatan pembelajaran *active learning* terhadap peningkatan kemampuan passing atas dalam permainan bola voli pada Tim Bola Voli MI Muhammadiyah Karanganyar. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan mutu pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar, khususnya dalam aspek keterampilan teknik permainan bola voli.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode quasi eksperimen atau eksperimen semu. Pendekatan ini digunakan untuk mengetahui sejauh mana suatu perlakuan, yang diidentifikasi sebagai variabel bebas (X), dapat memberikan pengaruh terhadap variabel terikat (Y). Sementara itu, Sugiyono dalam (Mubayyinah & Ashari, 2017) menjelaskan eksperimen semu termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif yang melibatkan kelompok kontrol, namun tidak memiliki kemampuan penuh untuk mengontrol variabel luar yang berpotensi memengaruhi hasil akhir penelitian.

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen *Nonequivalent Control Group Design*, di mana subjek dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang menerima perlakuan berupa pembelajaran dengan pendekatan *active learning*, serta kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan tersebut. Sebelum perlakuan dilakukan, kedua kelompok terlebih dahulu mengikuti *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal mereka. Setelah intervensi diberikan, dilakukan *posttest* guna mengevaluasi perbedaan hasil belajar antara kedua kelompok.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anggota Tim Bola Voli MI Muhammadiyah Karanganyar Kecamatan Purwanegara Kabupaten Banjarnegara yang berjumlah 18 siswa. Dari 18 siswa ini kemudian di bagi menjadi 2 kelompok. Pengambilan sampelnya dilakukan secara acak. Kemudian setelah diambil dan dibagi secara acak, kelompok 1 menjadi kelompok eksperimen, sedangkan kelompok 2 sebagai kelompok kontrolnya. Jumlah sampel yang terbatas, yaitu hanya 18 siswa, dapat memengaruhi validitas eksternal penelitian dan generalisasi hasil ke populasi yang lebih luas. Untuk meningkatkan reliabilitas hasil, peneliti melakukan pengambilan sampel secara acak dan memastikan bahwa karakteristik dasar antara kelompok eksperimen dan kontrol relatif seimbang, sebagaimana terlihat dari hasil *pretest*. Analisis statistik juga dilakukan dengan memperhatikan syarat-syarat uji normalitas dan homogenitas.

Alat pengumpulan data yang peneliti gunakan salah satunya adalah dengan menggunakan tes. Tes ini berfungsi sebagai instrumen pengumpul data yaitu dengan memberikan serangkaian tugas praktek dalam melakukajn *passing* atas kepada tim bola voli MI Muhammadiyah Karanganyar. Bentuk tes praktek digunakan untuk mengukur keterampilan dan kemampuan siswa. Tes digunakan apabila evaluator ingin memperoleh informasi terkait tingkat pengetahuan atau perubahan pengetahuan peserta pada waktu tertentu (Riduwan, 2014: 57).

Instrumen pengumpulan data menggunakan instrumen penilaian dari tugas praktek melakukan *passing*

atas, dan dilakukan penilaian menggunakan instrumen sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Tes Praktek Pembelajaran Passing atas Tim Bola Voli MI Muhammadiyah Karanganyar

No	Nama Siswa	Keterampilan Passing Atas		
		Sikap Awal	Sikap Perkenaan	Sikap Akhir
<b>Kelas Eksperimen</b>				
1				
2				
3				
4				
dst				
<b>Kelas Kontrol</b>				
1				
2				
3				
4				
dst				

Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mengukur seberapa besar pengaruh penerapan metode *active learning* terhadap peningkatan keterampilan passing atas pada tim bola voli MI Muhammadiyah Karanganyar. Proses analisis dilakukan melalui serangkaian pengujian statistik menggunakan bantuan aplikasi SPSS, yang meliputi uji normalitas, uji homogenitas, uji F, serta uji t.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data yang peneliti lakukan dengan menggunakan program SPSS, dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test*, adapun hasil dari program SPSS diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 2.** Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual	
N		18	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000	
	Std. Deviation	1,12604345	
Most Extreme Differences	Absolute	,144	
	Positive	,139	
	Negative	-,144	
Test Statistic		,144	
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		,200d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	,405	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,393
		Upper Bound	,418
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			
d. This is a lower bound of the true significance.			
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.			

Tabel di atas menyajikan hasil uji normalitas yang dilakukan dengan metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov (K-S) Test terhadap data residual hasil analisis regresi. Pengujian ini bertujuan untuk mengevaluasi apakah distribusi data residual memenuhi asumsi normalitas, yang merupakan syarat penting dalam analisis statistik parametrik. Dari tabel tersebut diketahui bahwa jumlah sampel yang dianalisis sebanyak 18, dengan nilai

rata-rata residual sebesar 0,0000 dan standar deviasi 1,1260. Hal ini mengindikasikan bahwa secara statistik, penyebaran data residual cukup merata di sekitar nilai rata-ratanya.

Uji K-S ini, nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yang diperoleh adalah 0,200, yang lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha$ ) yang umumnya digunakan yaitu 0,05. Hal ini berarti data residual terdistribusi secara normal, karena tidak terdapat perbedaan signifikan antara distribusi data aktual dengan distribusi normal teoritis. Selain itu, hasil *Monte Carlo Significance (2-tailed)* juga menunjukkan nilai 0,405, dengan *confidence interval* 99% berada pada rentang antara 0,393 hingga 0,418, yang semakin menguatkan temuan bahwa distribusi data residual bersifat normal dan valid untuk analisis lebih lanjut.

Sedangkan uji homogenitasnya menunjukkan tidak hanya prosedur teknis semata, tetapi juga bagian integral dari proses ilmiah yang menjamin mutu dan kredibilitas hasil penelitian. Tabel berikut menyajikan hasil dari uji homogenitas yang telah dilakukan oleh peneliti:

**Tabel 3.** Uji Homogenitas

		<i>Test of Homogeneity of Variance</i>			
		<i>Levene Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig.</i>
Hasil Belajar Siswa	<i>Based on Mean</i>	,251	1	16	,623
	<i>Based on Median</i>	,129	1	16	,724
	<i>Based on Median and with adjusted df</i>	,129	1	15,594	,724
	<i>Based on trimmed mean</i>	,251	1	16	,623

Sumber: Hasil hitung SPSS

Tabel 3 di atas menyajikan uji homogenitas varians dilakukan terhadap data hasil belajar siswa dari dua kelompok, yakni kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pengujian ini menggunakan metode *Levene's Test* yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat kesamaan varians antara kedua kelompok tersebut. Dalam tabel, ditampilkan empat metode perhitungan, yaitu berdasarkan mean, median, median dengan penyesuaian derajat kebebasan (*adjusted df*), dan *trimmed mean*. Meskipun demikian, fokus utama dari analisis ini terletak pada nilai signifikansi (*Sig.*) yang dihasilkan.

Homogenitas varian menjadi salah satu syarat dalam penggunaan uji statistik parametrik seperti uji-t atau ANOVA, karena metode-metode tersebut mengasumsikan bahwa kelompok data memiliki varians yang seragam. Tujuan dari uji homogenitas ini untuk mengetahui apakah perbedaan yang ditemukan dalam hasil penelitian benar-benar disebabkan oleh perlakuan (*treatment*) yang diberikan, dan bukan karena adanya perbedaan keragaman antar kelompok.

Berdasarkan hasil uji homogenitas *based on mean*, diperoleh nilai *Levene Statistic* sebesar 0,251 dan signifikansi (*Sig.*) sebesar 0,623. Angka ini jauh melebihi ambang signifikansi yang lazim digunakan, yaitu  $\alpha = 0,05$ . Demikian pula dengan metode lainnya, seperti *based on median* dan *based on trimmed mean*, masing-masing menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,724 dan 0,623. Karena seluruh nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan varians yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Pengujian hipotesis nol ( $H_0$ ) bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat kesamaan varians antar kelompok. Dalam analisis seperti ANOVA, uji F digunakan untuk menilai apakah terdapat perbedaan yang signifikan pada rata-rata lebih dari dua kelompok. Apabila nilai F hitung melebihi nilai F tabel, atau jika p-value lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis nol ditolak, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan di antara kelompok-kelompok yang dianalisis. Sebaliknya, jika p-value lebih besar dari 0,05, maka tidak ditemukan perbedaan yang berarti antar kelompok.

Praktik uji F dapat dilakukan dengan memanfaatkan teknologi perangkat lunak statistik dalam hal ini menggunakan SPSS, peneliti tinggal memasukkan data nilai dari beberapa kelompok, kemudian memilih menu ANOVA atau *Compare Means*, dan SPSS akan menghitung nilai F secara otomatis. Salah satu syarat penting sebelum melakukan uji F adalah data harus berdistribusi normal dan jumlah sampel per kelompok relatif seimbang. Uji F juga sering digunakan sebagai langkah awal sebelum melakukan uji lanjut (*post-hoc test*), terutama ketika hasil ANOVA menunjukkan adanya perbedaan signifikan, untuk mengetahui secara spesifik kelompok

mana yang berbeda.

**Tabel 4.** Hasil Hitung Uji F

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9,389	1	9,389	6,969	,018 <sup>b</sup>
	Residual	21,556	16	1,347		
	Total	30,944	17			

a. Dependent Variable: Hasil Belajar Siswa  
b. Predictors: (Constant), Kelas

Tabel tersebut di atas merupakan Uji ANOVA (*Analysis of Variance*) dalam konteks regresi linier digunakan untuk mengidentifikasi apakah variabel kelas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pencapaian hasil belajar siswa. Tabel ANOVA di atas terdiri dari beberapa kolom penting yang menjelaskan proses analisis varians dalam model regresi. Kolom *Sum of Squares* menunjukkan jumlah variasi pada data. Nilai sebesar 9,389 pada baris *Regression* menunjukkan total variasi hasil belajar siswa yang dapat dijelaskan oleh variabel prediktor, yaitu kelas. Sedangkan nilai *Residual* sebesar 21,556 merupakan variasi yang tidak dapat dijelaskan oleh model atau disebut juga kesalahan (*error*). Jumlah dari keduanya, yaitu 30,944, merupakan *Total Sum of Squares* yang mencerminkan keseluruhan variasi dalam data. Selanjutnya, kolom *df* (*degree of freedom*) menunjukkan derajat kebebasan: *Regression* memiliki nilai 1 karena hanya terdapat satu variabel bebas, yaitu kelas, dan *Residual* memiliki nilai 16 yang berasal dari jumlah total data (18) dikurangi jumlah parameter (2), sedangkan total *df* adalah 17 ( $n-1$ ). Kolom *Mean Square* adalah hasil pembagian antara *Sum of Squares* dan *df* masing-masing, yaitu 9,389 untuk *regression* dan 1,347 untuk *residual*. Sementara itu, nilai F sebesar 6,969 diperoleh dari perbandingan antara *Mean Square Regression* dan *Mean Square Residual*, yang menunjukkan seberapa besar kontribusi variabel kelas dalam menjelaskan variasi hasil belajar. Terakhir, nilai Sig. (*p-value*) sebesar 0,018 menunjukkan bahwa model regresi ini signifikan, karena nilai tersebut lebih kecil dari batas signifikansi 0,05. Hasil uji F menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,018, yang mengindikasikan bahwa variabel kelas eksperimen memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa. Artinya, terdapat perbedaan yang nyata dalam pencapaian belajar antara siswa di kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Langkah selanjutnya adalah melakukan uji t. Uji ini termasuk dalam kategori uji statistik parametrik yang digunakan untuk membandingkan nilai rata-rata dari dua kelompok data. Tujuan dari uji t adalah untuk menguji hipotesis nol ( $H_0$ ), yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata antara kedua kelompok tersebut. Apabila hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi (*p-value*) kurang dari 0,05, maka hipotesis nol ditolak, yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok yang dibandingkan. Interpretasi hasil dilakukan dengan melihat nilai Sig. (*2-tailed*), di mana nilai di bawah 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang berarti secara statistik. Berikut ini hasil uji menggunakan program SPSS.

**Tabel 5.** Hasil Hitung Uji t

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	26,111	,865		30,182	<,001
	Kelas	-1,444	,547	-,551	-2,640	,018

a. Dependent Variable: Hasil Belajar Siswa

Tabel *Coefficients* di atas merupakan hasil analisis regresi linier sederhana yang bertujuan untuk melihat pengaruh variabel kelas terhadap hasil belajar siswa. Kolom *Unstandardized Coefficients* (B) menunjukkan nilai konstanta (*intersep*) sebesar 26,111, yang berarti jika nilai variabel kelas adalah nol, maka nilai prediksi hasil belajar siswa adalah sebesar 26,111. Sementara itu, koefisien untuk variabel kelas adalah -1,444, yang menandakan bahwa setiap peningkatan satu unit pada variabel kelas akan menyebabkan penurunan hasil belajar siswa sebesar 1,444 poin. Karena variabel kelas telah dikodekan (kode 1 untuk kelas eksperimen dan kode 2 untuk kelas kontrol), maka koefisien yang bernilai negatif dapat diartikan bahwa rata-rata hasil belajar siswa di kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan siswa di kelas kontrol.

Kolom *Standard Error* menunjukkan seberapa besar kesalahan standar dalam estimasi koefisien. Untuk konstanta, *error*-nya sebesar 0,865, sedangkan untuk variabel kelas sebesar 0,547. Kolom *Standardized Coefficients* (Beta) menunjukkan nilai beta standar sebesar -0,551, yang menunjukkan kekuatan pengaruh variabel kelas terhadap hasil belajar. Nilai *t* hitung untuk variabel kelas adalah -2,640 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,018. Karena nilai signifikansi yang diperoleh berada di bawah batas 0,05, maka secara statistik dapat disimpulkan bahwa variabel kelas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa.

Hasil analisis menunjukkan bahwa penggunaan pendekatan *active learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada materi passing atas dalam permainan bola voli, memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa. Hal ini dibuktikan melalui koefisien regresi yang bernilai negatif, yang mengindikasikan bahwa siswa pada kelas eksperimen yang menerima perlakuan *active learning* memperoleh hasil belajar lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol yang menggunakan pendekatan konvensional. Nilai signifikansi  $p = 0,018 (< 0,05)$  juga memperkuat kesimpulan bahwa pengaruh perlakuan tersebut bersifat nyata dan tidak terjadi secara kebetulan.

Keberhasilan pendekatan *active learning* dalam meningkatkan hasil belajar siswa dapat dijelaskan melalui prinsip dasarnya yang mendorong keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran. Dalam pendekatan ini, siswa tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga berperan sebagai subjek aktif yang berpikir, berdiskusi, mencoba, dan merefleksikan pengalaman belajar. Keterlibatan ini memungkinkan terjadinya proses internalisasi pengetahuan dan keterampilan secara lebih mendalam, termasuk dalam penguasaan teknik passing atas yang memerlukan pemahaman gerak, koordinasi motorik, serta respons taktis dalam permainan.

Temuan ini selaras dengan teori konstruktivisme yang menekankan pentingnya keterlibatan aktif siswa dalam membangun pengetahuan melalui pengalaman langsung. Sebagaimana dikemukakan oleh Piaget dan Vygotsky, pembelajaran yang bermakna terjadi ketika peserta didik terlibat secara kognitif, sosial, dan fisik dalam aktivitas belajar. Pendekatan *active learning* juga sesuai dengan prinsip *student-centered learning*, di mana proses belajar diarahkan untuk mengembangkan kemandirian, kreativitas, dan kemampuan berpikir kritis siswa.

Penelitian ini juga menguatkan hasil studi sebelumnya yang menunjukkan efektivitas *active learning* dalam meningkatkan hasil belajar pada berbagai mata pelajaran, termasuk pendidikan jasmani. Sebagaimana penelitian Mubayyinah & Ashari (2017) dan Fitriyah & Hayati (2020) menunjukkan bahwa *active learning* mampu meningkatkan motivasi, partisipasi, dan hasil belajar peserta didik secara signifikan dibandingkan metode ceramah atau pendekatan tradisional.

Dengan demikian, keberhasilan pendekatan *active learning* dalam konteks penelitian ini bukan hanya mendukung temuan empiris sebelumnya, tetapi juga memberikan landasan kuat untuk merekomendasikan penerapan strategi ini dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya di jenjang sekolah dasar. Pendekatan ini tidak hanya efektif dalam meningkatkan keterampilan gerak, tetapi juga menumbuhkan sikap positif terhadap olahraga dan pembelajaran aktif secara umum.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis uji *F* dan uji *t*, dapat disimpulkan bahwa strategi *active learning* secara signifikan lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan passing atas dalam permainan bola voli dibandingkan pembelajaran konvensional. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 pada kedua uji statistik menunjukkan adanya pengaruh nyata dari strategi *active learning* terhadap hasil belajar siswa. Dengan demikian, pendekatan ini layak diterapkan sebagai strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar.

#### Daftar Pustaka

- Adhi, B. P., Marsini, M., Nevitaningrum, N., & Rohmad, R. (2023). Hubungan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Passing Atas Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(2), 548-553. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i2.4430>
- Arifin, S. (2017). Internalisasi Nilai Sportivitas Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar. *Sosio Religi: Jurnal Kajian Pendidikan Umum*, 15(2), 20-29. [https://doi.org/10.17509/sosio\\_religi.v15i2.8834%0Ahttps://ejournal.upi.edu/index.php/SosioReligi/article/view/8834](https://doi.org/10.17509/sosio_religi.v15i2.8834%0Ahttps://ejournal.upi.edu/index.php/SosioReligi/article/view/8834)

- Azahrah, F. R., Afrinaldi, R., & Fahrudin. (2021). Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada SMA Kelas X Se- Kecamatan Majalaya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531–538. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5209565>
- Fish, B. (2020). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. 2507(February), 1–9.
- Fitriyah, L. A., & Hayati, N. (2020). ANALISIS KETERAMPILAN MENYUSUN RPP MAHASISWA CALON GURU IPA MENGGUNAKAN ACTIVE LEARNING. 10(2019), 83–93. <https://doi.org/10.24929/lensa.v10i2.117>
- Lahinda, J., Markus Fenanlampir, & Pulung Riyanto. (2022). Pengembangan Model Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Pada Peserta Didik Smp. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan (JURDIKBUD)*, 2(3), 291–305. <https://doi.org/10.55606/jurdikbud.v2i3.695>
- Lubis, A. E., Agus, M., Olahraga, S. T., Bina, K., Medan, G., Alumunium, J., & No, R. (2017). Peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP I improving the learning results of high pass on volleyball through learning variance among junior high school students. *Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Siswa SMP*, 13(2), 58–64.
- Mubayyinah, N., & Ashari, M. Y. (2017). Efektivitas Metode *Active learning* dalam Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Siswa Kelas X-A di SMA Darul Ulum 3 Peterongan Jombang. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 75–93. [journal.unipdu.ac.id/index.php/jpi/index](http://journal.unipdu.ac.id/index.php/jpi/index)
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Novri, E. P. & A. (2020). Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani Untuk Guru Sekolah Dasar. In *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*. [http://eprints.uniska-bjm.ac.id/5823/1/B5\\_DASAR\\_PENDIDIKAN\\_JASMANI\\_GURU\\_SD-1.pdf](http://eprints.uniska-bjm.ac.id/5823/1/B5_DASAR_PENDIDIKAN_JASMANI_GURU_SD-1.pdf)
- Rosmi, Y. F. (2016). Pendidikan Jasmani Dan Pengembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Wahana*, 66(1), 55–61. <https://doi.org/10.36456/wahana.v66i1.482>
- Singaperbangsa, U., Ronggowaluyo, J. H. S., Timur, T., Barat, J., Karawang, W., & Olahraga, J. L. (2020). Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Bola Voli Pada Siswa SMPN 7 Karawang Barat Students Interest in Learning Volleyball Class VIII at Junior High School 7. 1(August), 8–18.
- Supriatna, E., Suhairi, M., Keolahragaan, J. I., & Tanjungpura, F. U. (2021). MULTILATERAL : *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Pengembangan bola soft untuk mengembangkan keterampilan teknik dasar dan koordinasi gerak bolavoli di sekolah dasar Softball development to develop basic technical skills and coordination of volleyball*. 20(2), 83–101.
- Suyuti, H. A., & Hakim, H. (2018). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Murid SD Negeri Kumala. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 2(1), 41. <https://doi.org/10.26858/sportive.v2i1.9500>
- Ummah, M. S. (2019). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)