

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN PASING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN METODE BERPASANGAN DI SMP NEGERI 1 KOTA KUPANG

Himel Agrianus Ngara^{1*}, Andreas J.F Lumba², Pnatmo Welhelmina Masi³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. Ngarahimel@gmail.com

Latar belakang: Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat berjalan sukses dan lancar sangat ditentukan oleh beberapa unsur antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian. dalam proses pembelajaran guru harus mampu memahami karakter siswa .seorang guru dapat menggunakan bermacam - macam metode dalam proses pembelajaran yang di hadapinya

Tujuan penelitian: Untuk Meningkatkan Pembelajaran Pasing Bawah Permainan Bola Voli Dengan Metode Berpasangan di SMP Negeri 1 Kota Kupang

Metode penelitian: penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Keempat tahapan dalam penelitian tindakan tersebut adalah membentuk siklus, jadi satu siklus adalah dimulai dari tahapan perencanaan sampai refleksi.

Hasil dan pembahasan: Kegiatan pembelajaran penjasorkes dilaksanakan sesuai dengan tahapan pembelajaran yaitu kegiatan pendahuluan atau pemanasan, kegiatan inti dan penutup dengan pendinginan. Kegiatan pembelajaran di lakukan di luar ruangan dengan menggunakan pembelajaran pasing bawah permainan bola voli dengan metode berpasangan

Simpulan: Penggunaan metode pembelajaran pasing bawah dengan metode berpasangan di SMP Negeri 1 Kota Kupang sudah berjalan dengan baik . Dengan berpartisipasi siswa dalam pembelajaran bola voli sehingga proses pembelajaran tetap berjalan dengan baik.

Kata kunci: *pembelajaran pasing bawah dengan metode berpasangan*

ABSTRACT

EFFORTS TO IMPROVE LEARNING PASING DOWN THE VOLLYBALL GAME WITH PAIRS METHOD AT SMP NEGERI 1 KUPANG CITY

Himel Agrianus Ngara^{1*}, Andreas J.F Lumba², Pnatmo Welhelmina Masi³

¹²³Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

email. Ngarahimel@gmail.com

Background: Learning Physical Education, Sports and Health can run successfully and smoothly is largely determined by several elements, including: teachers, students, curriculum, facilities and infrastructure, objectives, methods, a supportive environment, and assessment. in the learning process the teacher must be able to understand the character of the students. a teacher can use various methods in the learning process he faces

Research objective: To Improve Learning of Lower Passing Volleyball Game with Paired Method at SMP Negeri 1 Kupang City

Research method: his research is a Classroom Action Research (CAR). There are four important stages in action research, namely planning, implementation, observation and reflection. The four stages in the action research are forming a cycle, so one cycle is starting from the planning stage to reflection.

Result and discussion: hysical education learning activities are carried out according to the learning stages, namely preliminary or warm-up activities, core activities and closing with cooling. Learning activities are carried out outdoors by using the bottom-up learning of volleyball games with the pair method

Conclusion: The use of the bottom-up learning method with the paired method in SMP Negeri 1 Kupang City has been going well. By participating in the participation of students in volleyball learning so that the learning process continues to run well.

Keyword: *bottom-up learning with the pair method*