

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI MENGGUNAKAN PENDEKATAN *TEACHING AT THE RIGHT LEVEL* (TaRL)

Yusup Mahendra¹, Reshandi Nugraha², Regi Dwi Septian³
Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}
yusupmahendra.7@upi.edu¹

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli yang disebabkan oleh perbedaan kemampuan peserta didik yang belum sepenuhnya terakomodasi dalam proses pembelajaran. Penelitian bertujuan untuk mengetahui upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli melalui penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL). Penelitian menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 36 peserta didik kelas VIII SMP YASPRI MARIPARI Sukawening. Instrumen penelitian menggunakan AAHPER Face Wall-Volley Test untuk mengukur keterampilan passing bawah. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro-Wilk, uji Wilcoxon Signed Rank Test, dan uji N-Gain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar pada setiap siklus: (1) nilai rata-rata peserta didik meningkat dari 8,58 pada tahap *pretest* menjadi 9,97 pada Siklus I dan 11,67 pada Siklus II; (2) hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) yang menandakan adanya peningkatan hasil belajar yang signifikan; (3) efektivitas pembelajaran juga ditunjukkan melalui nilai N-Gain sebesar 0,4449 dengan kategori sedang; (4) persentase ketuntasan belajar meningkat dari 19,4% pada kondisi awal menjadi 88,9% pada Siklus II. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) efektif dalam meningkatkan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli melalui pembelajaran yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan peserta didik sehingga proses pembelajaran menjadi lebih adaptif dan mampu mengakomodasi perbedaan kemampuan dalam kelas.

Kata Kunci: Bola Voli, Hasil Belajar, Passing Bawah, Pendidikan Jasmani, *Teaching at the Right Level* (TaRL)

ABSTRACT

This research is motivated by the low learning outcomes of volleyball underhand passing skills caused by differences in student abilities that have not been fully accommodated in the learning process. The study aims to determine efforts to improve learning outcomes in volleyball underhand passing skills through the application of the Teaching at the Right Level (TaRL) approach. The study used the Classroom Action Research (CAR) method, implemented in two cycles with the stages of planning, action, observation, and reflection. The research subjects were 36 eighth-grade students of YASPRI MARIPARI Sukawening Junior High School.

The research instrument used the AAHPER Face Wall-Volley Test to measure underhand passing skills. Data analysis was performed using descriptive statistics, the Shapiro–Wilk normality test, the Wilcoxon Signed Rank Test, and the N-Gain test. The results showed an increase in learning outcomes in each cycle. The average student score increased from 8.58 in the pretest to 9.97 in Cycle I and 11.67 in Cycle II. The Wilcoxon test results showed a significance value of 0.000 (<0.05), indicating a significant improvement in learning outcomes. Learning effectiveness was also demonstrated by the N-Gain value of 0.4449, categorized as moderate. The learning completion percentage increased from 19.4% in the initial conditions to 88.9% in Cycle II. Based on the research results, it can be concluded that the Teaching at the Right Level (TaRL) approach is effective in improving learning outcomes in volleyball underhand passing skills through learning tailored to the students' ability levels, making the learning process more adaptive and able to accommodate differences in ability within the class.

Keywords: *Volleyball, Learning Outcomes, Underhand Passing, Physical Education, Teaching at the Right Level (TaRL).*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang dirancang secara sadar dan sistematis untuk mengembangkan potensi peserta didik baik dari aspek intelektual, emosional, sosial, maupun moral. Pendidikan juga menjadi sarana dalam mentransfer pengetahuan, keterampilan, nilai, dan budaya guna membentuk individu yang mampu berpikir kritis serta berperan aktif dalam kehidupan masyarakat. Dalam konteks Indonesia, pendidikan nasional berorientasi pada pengembangan manusia yang berlandaskan nilai Pancasila dan penguatan karakter, kecerdasan, serta keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan bermasyarakat (Fatoni, 2020; Kusuma et al., 2021; Chanifudin et al., 2024).

Sejalan dengan perkembangan pendidikan nasional, implementasi Kurikulum Merdeka menghadirkan paradigma pembelajaran yang lebih fleksibel, berpusat pada peserta didik, serta mendukung pengembangan keterampilan abad ke-21. Kurikulum ini memberikan ruang bagi guru untuk merancang pembelajaran yang lebih adaptif dan kontekstual sesuai karakteristik peserta didik (Dian Fitra, 2023). Namun demikian, implementasinya masih menghadapi berbagai tantangan seperti kesiapan guru, keterbatasan pemahaman terhadap kurikulum, serta kebutuhan penguatan kompetensi pendidik agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal (Jannah & Rasyid, 2023; Wantiana & Mellisa, 2023).

Dalam konteks tersebut, pendidikan jasmani menjadi salah satu mata pelajaran yang turut mengalami transformasi. Pendidikan jasmani tidak lagi hanya berorientasi pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga diarahkan untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi, serta pembentukan karakter peserta didik (Mustafa, 2020; Rahardian et al., 2024). Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk mengembangkan aspek jasmani, sosial, dan emosional peserta didik secara menyeluruh (Nugraha, 2015; Raden & Lampung, 2015; Setiyawan, 2017).

Salah satu materi yang diajarkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah adalah permainan bola voli. Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai peserta didik, salah satunya adalah passing bawah.

Passing bawah memiliki peranan penting karena digunakan sebagai teknik awal dalam menerima bola dan membangun serangan. Penguasaan keterampilan passing bawah memengaruhi keberhasilan permainan secara keseluruhan sehingga diperlukan proses pembelajaran yang tepat agar siswa mampu menguasainya secara optimal (Agustina et al., 2023; Jährir, 2019).

Hasil belajar merupakan indikator keberhasilan siswa setelah mengikuti proses pembelajaran dan mencerminkan perubahan pada aspek kognitif, afektif, serta psikomotorik (Purwanto, 2019). Pencapaian hasil belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal seperti motivasi dan minat belajar maupun faktor eksternal seperti lingkungan dan fasilitas pembelajaran (Naibaho et al., 2022; Sunarti & Novitasari, 2021). Dalam pembelajaran keterampilan olahraga, hasil belajar tidak hanya diukur dari pemahaman konsep tetapi juga dari kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan secara efektif dan benar.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah dapat dilakukan melalui pendekatan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan. Penelitian (Agustina et al., 2023) menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan mampu meningkatkan keterampilan passing bawah hingga 71,4%. Selain itu, Pujiyanto et al. (2021) menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif tipe Teams Games Tournament (TGT) efektif dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli melalui kombinasi kerja sama dan kompetisi antarkelompok.

Meskipun demikian, sebagian besar pendekatan tersebut masih berorientasi pada perlakuan yang sama terhadap seluruh peserta didik dan belum secara spesifik mempertimbangkan perbedaan tingkat kemampuan individu. Padahal, dalam pembelajaran pendidikan jasmani sering ditemukan variasi kemampuan siswa yang cukup tinggi sehingga membutuhkan strategi yang lebih adaptif. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan terhadap pendekatan pembelajaran yang mampu mengakomodasi kemampuan awal peserta didik secara lebih terstruktur.

Salah satu pendekatan yang dinilai relevan adalah *Teaching at the Right Level* (TaRL). Pendekatan ini menekankan pemberian pembelajaran berdasarkan tingkat kemampuan peserta didik, bukan semata berdasarkan usia atau jenjang kelas. (Banerjee et al., 2017) menjelaskan bahwa pendekatan TaRL terbukti mampu meningkatkan hasil belajar melalui pengelompokan peserta didik berdasarkan kemampuan dan pemberian pembelajaran yang sesuai kebutuhan belajar masing-masing. Dalam konteks pendidikan jasmani, pendekatan ini memungkinkan latihan passing bawah diberikan secara lebih terarah dan sesuai tingkat kemampuan siswa. Sejauh ini, penelitian-penelitian terdahulu belum secara khusus mengkaji penerapan pendekatan TaRL pada pembelajaran keterampilan passing bawah bola voli, sehingga penelitian ini menawarkan sudut pandang baru berupa penerapan TaRL yang secara khusus disesuaikan dengan karakteristik pembelajaran teknik passing bawah bola voli di jenjang SMP.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli melalui penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) pada siswa kelas IX SMP. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif strategi pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih adaptif dan efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik.

KAJIAN TEORI

Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan indikator keberhasilan peserta didik dalam memahami materi pembelajaran yang ditunjukkan melalui nilai atau capaian setelah mengikuti proses pembelajaran. Pencapaian hasil belajar dipengaruhi oleh faktor internal seperti intelegensi, minat, dan motivasi serta faktor eksternal seperti lingkungan belajar dan fasilitas pendukung (Naibaho et al., 2022; Purwanto, 2019). Hasil belajar juga mencerminkan perubahan perilaku yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik sesuai dengan tujuan pendidikan. Keberhasilan pembelajaran dipengaruhi oleh strategi belajar yang efektif dan lingkungan sekolah yang mendukung.

Dalam konteks pendidikan jasmani, hasil belajar tidak hanya terbatas pada penguasaan konsep, tetapi juga mencakup keterampilan praktik dan sikap sosial seperti kerja sama, disiplin, dan sportivitas. Permasalahan hasil belajar sering muncul akibat rendahnya motivasi belajar, kurangnya perhatian terhadap perbedaan kemampuan siswa, serta penggunaan metode pembelajaran yang kurang bervariasi. Oleh karena itu, diperlukan inovasi strategi pembelajaran yang mampu meningkatkan hasil belajar peserta didik secara menyeluruh.

Keterampilan Passing Bawah Bola Voli

Keterampilan merupakan kemampuan individu dalam melakukan suatu tugas secara efektif dan efisien yang diperoleh melalui proses latihan dan pengalaman secara berkelanjutan. Keterampilan berkembang melalui proses belajar yang sistematis sehingga individu yang memperoleh latihan secara konsisten cenderung menunjukkan kemampuan yang lebih baik dibandingkan individu yang jarang melakukan praktik (Hariyadin, 2021; Rachmatini, 2022; Fiki, 2023).

Dalam permainan bola voli, passing bawah merupakan salah satu teknik dasar yang penting untuk dikuasai karena berfungsi menerima servis, mengontrol bola, dan membangun serangan. Teknik passing bawah yang baik melibatkan koordinasi gerak antara mata, lengan, dan kaki serta menjaga keseimbangan tubuh agar bola dapat diarahkan secara tepat menuju sasaran. Kesalahan pada posisi tangan, lutut, maupun koordinasi tubuh dapat menyebabkan kegagalan dalam pelaksanaan teknik tersebut.

Keberhasilan keterampilan passing bawah dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kekuatan otot lengan, koordinasi mata dan tangan, kelincahan, serta konsentrasi selama bermain (Jahrir, 2019). Oleh karena itu, pembelajaran bola voli perlu dirancang melalui latihan yang sistematis seperti latihan kontrol bola, latihan berpasangan, dan permainan kecil yang memungkinkan siswa memperoleh pengalaman gerak yang lebih optimal.

Pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL)

Teaching at the Right Level (TaRL) merupakan pendekatan pembelajaran yang berfokus pada pemberian pembelajaran sesuai tingkat kemampuan peserta didik, bukan berdasarkan usia atau tingkat kelas. Pendekatan ini membantu siswa mencapai kompetensi minimal melalui pengelompokan berdasarkan kemampuan sehingga proses belajar menjadi lebih sesuai dengan kebutuhan individu (Banerjee et al., 2017). Pendekatan TaRL telah diterapkan di berbagai konteks pendidikan dan terbukti meningkatkan capaian belajar peserta didik.

Dalam konteks pendidikan jasmani, pendekatan TaRL memungkinkan guru memetakan kemampuan awal siswa pada keterampilan tertentu, kemudian

memberikan latihan yang sesuai dengan tingkat penguasaan masing-masing kelompok. Siswa dengan kemampuan rendah memperoleh penguatan teknik dasar secara intensif, sedangkan siswa dengan kemampuan lebih tinggi diberikan tantangan yang lebih kompleks. Pendekatan ini mendukung pembelajaran yang lebih adaptif, inklusif, dan mampu mengurangi kesenjangan kemampuan antarpeserta didik (Banerjee et al., 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK merupakan metode penelitian reflektif dan sistematis yang dilakukan untuk memperbaiki praktik pembelajaran sekaligus meningkatkan efektivitas proses belajar mengajar di kelas (Mufidah, 2021). Penelitian tindakan kelas dilaksanakan melalui proses siklus yang meliputi tahap perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Melalui pendekatan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli melalui penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL).

Subjek penelitian merupakan peserta didik kelas VIII di SMP YASPRI MARIPARI Sukawening. Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik *simple random sampling*, sehingga setiap peserta didik memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai subjek penelitian (Widyawati et al., 2024).

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui dua siklus pembelajaran. Sebelum tindakan diberikan, dilakukan tahap pra-siklus untuk mengetahui kondisi awal keterampilan passing bawah siswa melalui observasi pembelajaran dan pelaksanaan tes awal (*pre-test*). Hasil tes awal digunakan untuk memetakan kemampuan siswa ke dalam kelompok kemampuan rendah, sedang, dan tinggi sebagai dasar penerapan pendekatan TaRL.

Pada tahap tindakan, pembelajaran passing bawah bola voli dilaksanakan menggunakan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dengan pengelompokan siswa berdasarkan kemampuan awal. Kelompok kemampuan rendah diberikan latihan teknik dasar seperti posisi badan, sikap lengan, dan koordinasi gerak. Kelompok kemampuan sedang diberikan latihan passing berpasangan serta pengendalian arah bola, sedangkan kelompok kemampuan tinggi memperoleh latihan dalam bentuk permainan sederhana. Hasil pelaksanaan tindakan pada setiap siklus dianalisis melalui proses refleksi sebagai dasar perbaikan pembelajaran pada siklus berikutnya.

Instrumen penelitian menggunakan AAHPER Face Wall-Volley Test yang dikembangkan oleh Ricard H. Cox (1980). Instrumen ini memiliki nilai validitas sebesar 0,80 dan reliabilitas sebesar 0,896. Penilaian dilakukan melalui tes keterampilan untuk mengukur aspek psikomotor siswa pada teknik passing bawah bola voli melalui pengamatan langsung terhadap pelaksanaan gerak (Rahardian et al., 2024).

HASIL PENELITIAN

Statistik deskriptif dari data pretest, Siklus I, dan Siklus II disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	36	6	12	8.58	2.089
Siklus 1	36	6	12	9.97	1.612
Siklus 2	36	9	15	11.67	1.171

Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata nilai peserta mengalami peningkatan pada setiap tahap pembelajaran. Nilai rata-rata pretest sebesar 8,58 meningkat menjadi 9,97 pada Siklus 1 dan kembali meningkat menjadi 11,67 pada Siklus 2. Selain itu, standar deviasi mengalami penurunan dari 2,089 pada pretest menjadi 1,171 pada Siklus 2, yang menunjukkan bahwa kemampuan peserta semakin merata. Data ini mengindikasikan bahwa tindakan yang diberikan selama proses pembelajaran mampu meningkatkan hasil belajar peserta secara bertahap.

Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk

	K-S Statistic	df	K-S Sig.	S-W Statistic	df	S-W Sig.
Pretest	.192	36	.002	.866	36	.000
Siklus 1	.255	36	.000	.868	36	.000
Siklus 2	.249	36	.000	.888	36	.000

Berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk, seluruh nilai signifikansi berada di bawah 0,05. Nilai signifikansi pretest sebesar 0,000, Siklus 1 sebesar 0,000, dan Siklus 2 sebesar 0,002. Dengan demikian, data pada ketiga tahap tidak berdistribusi normal sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji nonparametrik, yaitu Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test antara Pretest dan Siklus 1 disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test (Pretest dan Siklus 1)

Statistik	Nilai
Total N	36
Test Statistic	.000
Standard Error	35.732
Standardized Test Statistic	-4.548
Asymptotic Sig. (2-sided test)	.000

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan nilai Siklus 1. Dengan demikian, tindakan yang diberikan pada Siklus 1 terbukti mampu meningkatkan hasil belajar peserta dibandingkan kondisi awal sebelum perlakuan diberikan.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test antara Siklus 1 dan Siklus 2 disajikan pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test (Siklus 1 dan Siklus 2)

Statistik	Nilai
Total N	36
Test Statistic	351.000
Standard Error	38.741
Standardized Test Statistic	4.530
Asymptotic Sig. (2-sided test)	.000

Hasil uji Wilcoxon antara Siklus 1 dan Siklus 2 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar yang signifikan dari Siklus 1 ke Siklus 2. Dengan kata lain, perbaikan tindakan yang dilakukan pada Siklus 2 semakin meningkatkan kemampuan peserta.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test antara Pretest dan Siklus 2 disajikan pada Tabel 5 berikut.

Tabel 5. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test (Pretest dan Siklus 2)

Statistik	Nilai
Total N	36
Test Statistic	.000
Standard Error	48.244
Standardized Test Statistic	-4.819
Asymptotic Sig. (2-sided test)	.000

Nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara hasil pretest dan hasil Siklus 2. Temuan ini menunjukkan bahwa tindakan yang diterapkan selama dua siklus pembelajaran memberikan dampak yang nyata terhadap peningkatan hasil belajar peserta.

Ringkasan hasil uji nonparametrik pada seluruh perbandingan disajikan pada Tabel 6 berikut.

Tabel 6. Hasil Uji Nonparametrik (Wilcoxon Signed Rank Test)

No	Perbandingan	Uji Hipotesis	Hasil
1	Pretest vs Siklus 1	Wilcoxon	0,000
2	Siklus 1 vs Siklus 2	Wilcoxon	0,000
3	Pretest vs Siklus 2	Wilcoxon	0,000

Hasil uji N-Gain disajikan pada Tabel 7 berikut.

Tabel 7. Hasil Uji N-Gain

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
---	---------	---------	------	----------------

N-Gain	36	.00	1.00	.4449	.24250
N-Gain (%)	36	.00	100.00	44.489	24.25005

Maka nilai N-Gain sebesar 0,4449 termasuk dalam kategori **sedang**. Hal ini menunjukkan bahwa model atau tindakan yang diterapkan cukup efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta.

Data ketuntasan belajar pada tahap pretest disajikan pada Tabel 8 berikut.

Tabel 8. Ketuntasan Belajar Pretest

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Tuntas	29	80.6	80.6	80.6
Tuntas	7	19.4	19.4	100.0
Total	36	100.0	100.0	

Sebelum tindakan diberikan, hanya 19,4% peserta yang mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 80,6% lainnya belum tuntas. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan awal peserta masih tergolong rendah.

Data ketuntasan belajar pada Siklus 1 disajikan pada Tabel 9 berikut.

Tabel 9. Ketuntasan Belajar Siklus 1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Tuntas	22	61.1	61.1	61.1
Tuntas	14	38.9	38.9	100.0
Total	36	100.0	100.0	

Setelah pelaksanaan Siklus 1, persentase ketuntasan meningkat menjadi 38,9%. Walaupun target ketuntasan belum tercapai, terdapat peningkatan sebesar 19,5% dibandingkan kondisi awal.

Data ketuntasan belajar pada Siklus 2 disajikan pada Tabel 10 berikut.

Tabel 10. Ketuntasan Belajar Siklus 2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Tuntas	4	11.1	11.1	11.1
Tuntas	32	88.9	88.9	100.0
Total	36	100.0	100.0	

Pada Siklus 2, jumlah peserta yang tuntas meningkat menjadi 32 orang atau 88,9%. Persentase ini telah melampaui indikator keberhasilan PTK yang umumnya ditetapkan sebesar 80%, sehingga tindakan yang diberikan dapat dinyatakan berhasil meningkatkan hasil belajar peserta.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) terbukti mampu meningkatkan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli pada peserta didik. Pendekatan TaRL

diterapkan dengan menyesuaikan proses pembelajaran berdasarkan tingkat kemampuan awal peserta didik sehingga setiap peserta memperoleh pengalaman belajar yang sesuai dengan kebutuhan dan tingkat penguasaannya. Dalam konteks pembelajaran PJOK, khususnya keterampilan *passing bawah bola voli*, pendekatan ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berlatih secara bertahap sesuai kemampuan yang dimiliki sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan terarah (Banerjee et al., 2017; Widyawati et al., 2024).

Hasil statistik deskriptif menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar pada setiap tahap tindakan yang dilakukan. Nilai rata-rata peserta didik pada tahap *pretest* sebesar 8,58, kemudian meningkat menjadi 9,97 pada Siklus I dan kembali meningkat menjadi 11,67 pada Siklus II. Selain itu, nilai standar deviasi mengalami penurunan dari 2,089 pada tahap *pretest* menjadi 1,171 pada Siklus II. Penurunan standar deviasi menunjukkan bahwa selain terjadi peningkatan kemampuan secara umum, kemampuan peserta didik juga menjadi lebih merata. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan TaRL tidak hanya membantu peserta didik yang memiliki kemampuan rendah untuk berkembang, tetapi juga mampu mengurangi kesenjangan kemampuan antar peserta didik (Banerjee et al., 2017).

Sebelum dilakukan tindakan pembelajaran menggunakan pendekatan TaRL, kemampuan awal peserta didik dalam keterampilan *passing bawah* masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari hasil ketuntasan belajar pada tahap *pretest* yang menunjukkan hanya 7 peserta didik atau sebesar 19,4% yang mencapai ketuntasan, sedangkan sebanyak 29 peserta didik atau 80,6% belum mencapai kriteria ketuntasan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran sebelumnya belum sepenuhnya mampu mengakomodasi perbedaan kemampuan peserta didik sehingga diperlukan strategi pembelajaran yang lebih adaptif terhadap kebutuhan belajar individu (Naibaho et al., 2022; Purwanto, 2019).

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk menentukan jenis analisis statistik yang digunakan. Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk, seluruh data menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0,05, yaitu *pretest* sebesar 0,000, Siklus I sebesar 0,000, dan Siklus II sebesar 0,002. Hasil tersebut menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji nonparametrik, yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test*. Penggunaan uji ini dinilai tepat karena mampu menguji perbedaan hasil belajar antar siklus pada data yang tidak memenuhi asumsi normalitas.

Hasil uji Wilcoxon antara *pretest* dan Siklus I menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi awal dan hasil setelah penerapan tindakan pada Siklus I. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan TaRL mulai memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan *passing bawah* peserta didik. Pada tahap ini, peserta didik memperoleh pembelajaran yang lebih terarah melalui pengelompokan dan penyesuaian aktivitas latihan sesuai tingkat penguasaan teknik masing-masing sehingga peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih optimal (Banerjee et al., 2017; Yuliana et al., 2024).

Selanjutnya, hasil uji Wilcoxon antara Siklus I dan Siklus II juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa perbaikan tindakan yang dilakukan pada Siklus II berhasil meningkatkan hasil belajar peserta didik secara signifikan dibandingkan Siklus I.

Pada tahap ini, guru semakin mampu menyesuaikan bentuk latihan, memberikan umpan balik yang lebih tepat, serta memfasilitasi peserta didik sesuai tingkat kemampuannya. Kondisi tersebut berdampak pada meningkatnya penguasaan teknik *passing bawah* baik dari aspek posisi tubuh, koordinasi gerakan, maupun ketepatan arah bola (Agustina et al., 2023; Banerjee et al., 2017).

Penguatan terhadap keberhasilan tindakan juga terlihat dari hasil uji Wilcoxon antara *pretest* dan Siklus II yang memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa setelah dua siklus penerapan pendekatan TaRL, terjadi peningkatan hasil belajar yang sangat signifikan dibandingkan kondisi awal. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa pembelajaran yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan peserta didik memberikan dampak nyata terhadap peningkatan keterampilan *passing bawah* bola voli (Alwalid et al., 2024).

Efektivitas penerapan pendekatan TaRL juga diperkuat melalui hasil uji *N-Gain* yang memperoleh nilai sebesar 0,4449 dan termasuk dalam kategori sedang. Nilai tersebut menunjukkan bahwa tindakan yang diberikan cukup efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik. Kategori sedang mengindikasikan bahwa peningkatan yang terjadi bukan hanya disebabkan oleh pengulangan latihan semata, tetapi juga karena adanya penyesuaian strategi pembelajaran terhadap kebutuhan dan kemampuan peserta didik. Melalui pendekatan TaRL, peserta didik memperoleh kesempatan belajar yang lebih sesuai sehingga proses penguasaan keterampilan dapat berlangsung secara lebih optimal (Banerjee et al., 2017; Widyawati et al., 2024).

Berdasarkan seluruh hasil analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) mampu meningkatkan hasil belajar keterampilan *passing bawah* bola voli. Peningkatan tersebut ditunjukkan melalui kenaikan nilai rata-rata hasil belajar, perbedaan yang signifikan pada hasil uji Wilcoxon, efektivitas pembelajaran berdasarkan nilai *N-Gain*, serta meningkatnya persentase ketuntasan belajar peserta didik hingga mencapai 88%. Dengan demikian, rumusan masalah penelitian yang menyatakan “Bagaimana Pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan *passing bawah* bola voli?” telah terjawab bahwa pendekatan TaRL meningkatkan hasil belajar melalui penyesuaian proses pembelajaran terhadap tingkat kemampuan peserta didik sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif, adaptif, dan berdampak terhadap peningkatan keterampilan *passing bawah* bola voli (Agustina et al., 2023; Banerjee et al., 2017).

Faktor-Faktor yang Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Menggunakan Pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL)

Peningkatan hasil belajar keterampilan *passing bawah* bola voli yang terjadi pada penelitian ini tidak hanya ditunjukkan melalui peningkatan nilai dan ketuntasan belajar, tetapi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yang muncul selama penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL). Pendekatan ini menempatkan kemampuan awal peserta didik sebagai dasar dalam merancang pembelajaran sehingga proses belajar menjadi lebih sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa faktor yang diduga berkontribusi terhadap peningkatan hasil belajar tersebut (Widyawati et al., 2024).

Penyesuaian pembelajaran berdasarkan tingkat kemampuan peserta didik

Faktor pertama yang diduga berkontribusi terhadap peningkatan hasil belajar adalah penyesuaian pembelajaran berdasarkan tingkat kemampuan peserta didik. Dalam pendekatan TaRL, peserta didik tidak diberikan perlakuan pembelajaran yang sama, melainkan dikelompokkan berdasarkan kemampuan awal yang dimiliki sehingga strategi pembelajaran dapat disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing kelompok. Pada pembelajaran keterampilan *passing bawah* bola voli, peserta didik yang masih mengalami kesulitan memperoleh latihan teknik dasar seperti posisi tubuh, sikap tangan, koordinasi gerak, dan kontak bola, sedangkan peserta didik yang memiliki kemampuan lebih baik diberikan latihan yang lebih kompleks seperti akurasi arah bola dan penerapan dalam permainan sederhana. Kondisi tersebut memungkinkan peserta didik memperoleh tantangan belajar yang sesuai dengan kapasitas mereka sehingga proses belajar berlangsung lebih efektif.

Penyesuaian pembelajaran berdasarkan kemampuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengalami keberhasilan belajar secara bertahap. Ketika materi dan latihan diberikan sesuai kemampuan, peserta didik cenderung lebih mudah memahami teknik yang dipelajari dan menunjukkan perkembangan keterampilan secara bertahap. Temuan ini sejalan dengan konsep *Teaching at the Right Level* yang menekankan pentingnya pembelajaran yang berorientasi pada kemampuan aktual peserta didik agar peningkatan hasil belajar dapat terjadi secara optimal (Banerjee et al., 2017; Yuliana et al., 2024).

Meningkatnya partisipasi dan keterlibatan aktif peserta didik

Faktor kedua yang berkontribusi terhadap peningkatan hasil belajar adalah meningkatnya partisipasi dan keterlibatan aktif peserta didik selama proses pembelajaran. Pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan membuat peserta didik merasa aktivitas yang diberikan lebih realistis dan dapat dicapai sehingga menumbuhkan keberanian untuk mencoba dan berlatih. Dalam pembelajaran *passing bawah*, peserta didik menjadi lebih aktif melakukan gerakan, memperbaiki kesalahan teknik, serta terlibat dalam latihan tanpa merasa tertinggal dibandingkan teman yang lain.

Keterlibatan aktif peserta didik memiliki pengaruh besar terhadap peningkatan keterampilan motorik karena penguasaan gerak olahraga memerlukan pengalaman praktik yang berulang. Semakin tinggi partisipasi peserta didik dalam pembelajaran, semakin besar peluang terbentuknya koordinasi gerak dan otomatisasi teknik yang dipelajari. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat bahwa pembelajaran PJOK yang melibatkan aktivitas fisik secara aktif mampu meningkatkan kualitas hasil belajar peserta didik (Alpaslan, 2016; Rahardian et al., 2024).

Latihan bertahap dan berkesinambungan

Faktor ketiga adalah adanya latihan yang diberikan secara bertahap dan berkesinambungan selama pelaksanaan tindakan pada setiap siklus. Dalam pembelajaran keterampilan *passing bawah*, peserta didik memerlukan proses adaptasi gerak yang tidak dapat diperoleh hanya melalui satu kali latihan. Pendekatan TaRL memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berlatih mulai dari keterampilan dasar menuju keterampilan yang lebih kompleks sesuai perkembangan kemampuan masing-masing.

Latihan yang dilakukan secara berulang dan bertahap membantu peserta didik membangun koordinasi gerak, memperbaiki teknik pelaksanaan, serta meningkatkan kontrol terhadap arah dan kekuatan bola. Hal tersebut terlihat dari

peningkatan rata-rata nilai peserta didik dari 8,58 pada tahap *pretest* menjadi 11,67 pada Siklus II. Temuan ini memperkuat pendapat bahwa latihan yang sesuai dengan tingkat kemampuan akan menghasilkan peningkatan keterampilan yang lebih optimal (Agustina et al., 2023; Astutik & Hariyati, 2021).

Meningkatnya rasa percaya diri dan motivasi belajar

Faktor keempat adalah meningkatnya rasa percaya diri dan motivasi belajar peserta didik selama proses pembelajaran. Ketika peserta didik memperoleh latihan yang sesuai dengan kemampuan mereka, kemungkinan untuk berhasil dalam menyelesaikan tugas menjadi lebih besar. Keberhasilan yang diperoleh secara bertahap tersebut menumbuhkan rasa percaya diri dan mendorong peserta didik untuk terus mencoba melakukan gerakan dengan lebih baik.

Dalam pembelajaran keterampilan olahraga, motivasi dan kepercayaan diri memiliki peran penting karena berkaitan dengan keberanian mengambil tindakan, konsistensi latihan, dan ketahanan menghadapi kesalahan selama proses belajar. Peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung menunjukkan keterlibatan yang lebih besar sehingga perkembangan keterampilan berlangsung lebih cepat. Temuan ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa hasil belajar dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan lingkungan belajar yang mendukung (Purwanto, 2019; Sunarti & Novitasari, 2021).

Tercapainya Ketuntasan Belajar Secara Klasikal

Faktor kelima adalah tercapainya ketuntasan belajar secara klasikal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase ketuntasan meningkat dari 19% pada kondisi awal menjadi 39% pada Siklus I dan mencapai 88% pada Siklus II. Peningkatan ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik telah mencapai indikator keterampilan *passing bawah* yang ditetapkan dalam penelitian.

Peningkatan ketuntasan klasikal mengindikasikan bahwa pendekatan TaRL tidak hanya efektif bagi peserta didik tertentu, tetapi mampu memberikan dampak positif secara menyeluruh pada kelas. Dengan pembelajaran yang disesuaikan berdasarkan kemampuan, peserta didik yang sebelumnya tertinggal memperoleh kesempatan belajar yang lebih optimal sehingga kesenjangan kemampuan menjadi lebih kecil. Temuan ini memperkuat efektivitas pendekatan TaRL dalam menciptakan pembelajaran yang lebih adaptif dan inklusif (Banerjee et al., 2017; Widyawati et al., 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa peningkatan hasil belajar keterampilan *passing bawah* bola voli melalui pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dipengaruhi oleh penyesuaian pembelajaran berdasarkan kemampuan peserta didik, meningkatnya keterlibatan belajar, latihan bertahap yang berkesinambungan, meningkatnya motivasi dan kepercayaan diri, serta tercapainya ketuntasan belajar secara klasikal. Faktor-faktor tersebut saling mendukung sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing bawah* bola voli.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) mampu meningkatkan hasil belajar keterampilan *passing bawah* bola voli pada peserta didik. Peningkatan tersebut ditunjukkan melalui kenaikan nilai rata-rata hasil belajar secara bertahap dari tahap *pretest* hingga Siklus II, disertai dengan penurunan nilai standar deviasi

yang menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik menjadi lebih merata. Hasil pengujian menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada seluruh perbandingan antar tahap pembelajaran, yang menandakan adanya peningkatan hasil belajar yang signifikan setelah penerapan tindakan. Efektivitas pembelajaran juga diperkuat melalui hasil uji N-Gain yang termasuk dalam kategori sedang serta peningkatan ketuntasan belajar secara klasikal dari kondisi awal hingga Siklus II. Selain itu, peningkatan hasil belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu penyesuaian pembelajaran berdasarkan tingkat kemampuan peserta didik, meningkatnya partisipasi dan keterlibatan aktif selama pembelajaran, latihan yang dilakukan secara bertahap dan berkesinambungan, meningkatnya rasa percaya diri dan motivasi belajar, serta tercapainya ketuntasan belajar secara klasikal. Dengan demikian, pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) dapat menjadi alternatif strategi pembelajaran PJOK yang efektif, adaptif, dan mampu mengakomodasi perbedaan kemampuan peserta didik dalam meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. W., Saputra, Y. M., & Akin, Y. (2023). Pengaruh Latihan Pendekatan Bermain Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 273–283. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.7797>
- Alpaslan, G. (2016). The investigation of the effects of physical education lessons planned in accordance with cooperative learning approach on secondary school students problem solving skills. *Educational Research and Reviews*, 11(10), 998–1007. <https://doi.org/10.5897/err2016.2756>
- Alwalid, A., Rumini, & Bisri, K. (2024). Upaya Meningkatkan Servis Bawah Peserta Didik dengan Jarak Tetap dan Bertahap dengan Menggunakan Pendekatan *Teaching at the Right Level* pada Materi Bola Voli Kelas XI SMA N 7 Semarang. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 58–63. <https://proceeding.unnes.ac.id/wpcgp/article/view/3348>
- Astutik, P., & Hariyati, N. (2021). Peran Guru Dan Strategi Pembelajaran Dalam Penerapan Keterampilan Abad 21 Pada Pendidikan Dasar Dan Menengah. *Jurnal Inspirasi Manajemen Pendidikan*, 9(3), 621.
- Banerjee, A., Banerji, R., Berry, J., Duflo, E., Kannan, H., Mukerji, S., Shotland, M., & Walton, M. (2017). From proof of concept to scalable policies: Challenges and solutions, with an application. *Journal of Economic Perspectives*, 31(4), 73–102. <https://doi.org/10.1257/jep.31.4.73>
- Chanifudin, C., Rofiki, S., & Syah, M. M. (2024). Pendidikan Nasional: Pilar Utama dalam Membangun Bangsa yang Berdaya Saing. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(2), 772–783. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i2.2866>
- Dian Fitra. (2023). Kurikulum Merdeka dalam Pendidikan Modern. *Jurnal Inovasi Edukasi*, 6(2), 149–156. <https://doi.org/10.35141/jie.v6i2.953>
- Fatoni, A. (2020). Wawasan Pendidikan (Pendidikan Dan Pendidik). *MIDA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 3(1), 65–79. <https://doi.org/10.52166/mida.v3i1.1841>

- Fiki, F. Z. (2023). *Keterampilan Berbicara Siswa pada Pembelajaran Tematik Kelas II di MI Tarbiyatul Aulad Sibahung Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas* [Skripsi, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto].
- Hariyadin, N. (2021). Pengembangan keterampilan dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(4), 733–743.
- Jahrir, A. S. (2019). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan, dan Panjang Lengan terhadap Kemampuan Passing Bawah Bolavoli Siswa. *Exercise: Journal of Physical Education and Sport*, 1(1), 49–67. <https://doi.org/10.37289/exercise.v1i1.22>
- Jannah, M. M., & Rasyid, H. (2023). Kurikulum Merdeka: Persepsi Guru Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 197–210. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3800>
- Kusuma, S. P., Bahri, & Tati, A. D. R. (2021). Narasi Pancasila dan Tujuan Pendidikan Nasional dalam Sejarah Sistem Pendidikan Nasional di Indonesia. *Pattingalloang*, 8(1), 11–20.
- Mufidah, L. (2021). Urgensi Penelitian Tindakan Kelas dalam Memperbaiki Praksis Pembelajaran. *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 4(02), 168.
- Mustafa, P. S. (2020). Kontribusi Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia dalam Membentuk Keterampilan Era Abad 21. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 4(3), 437–452. https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v4i3.248
- Naibaho, T., Herawati Simangunsong, V., & Sihombing, S. (2022). Penguatan Literasi Dan Numerasi untuk Mendukung Profil Pelajar Pancasila sebagai Inovasi Pembelajaran Matematika. *SEPREN: Journal of Mathematics Education*, 3(2), 111–117. <https://doi.org/10.36655/sepren.v3i2>
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 557–564. <https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Pujianto, D., Insansityo, B., & Syafrial. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team Games Tournament. *Journal Coaching Education Sports*, 2(2), 205–212. <https://doi.org/10.31599/jces.v2i2.747>
- Purwanto, N. (2019). Tujuan Pendidikan Dan Hasil Belajar: Domain Dan Taksonomi. *Jurnal Teknodik*, 146–164. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.541>
- Rachmatini, D. (2022). *Keterampilan menulis permulaan siswa kelas I* [Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta]. Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan.
- Raden, I., & Lampung, I. (2015). Pendidikan jasmani dalam membentuk etika, moral, dan karakter. *Jurnal Pendidikan*, 2(4), 302–315.
- Rahardian, D. M., Carsiwan, C., Despendra, N., & Hidayat, T. (2024). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Kurikulum Nasional dalam Perspektif Pedagogik. *JlIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(8), 9302–9312. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i8.5091>
- Setiyawan. (2017). Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 3(1), 74–86.
- Sunarti, I., & Novitasari, N. (2021). Pengaruh Gaya Belajar Dan Iklim Sekolah Terhadap Hasil Belajar IPS Terpadu Di Kelas VIII SMP Negeri 3 Kuningan.

- Equilibrium: Jurnal Penelitian Pendidikan Dan Ekonomi*, 18(1), 54–64.
<https://doi.org/10.25134/equi.v18i1.3616>
- Wantiana, I., & Mellisa, M. (2023). Kendala Guru dalam Penerapan Kurikulum Merdeka. *Jurnal Basicedu*, 7(3), 1461–1465.
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i3.5149>
- Widyawati, E. S., Nita, C. I. R., & Sugiarti, A. (2024). *Meningkatkan Hasil Belajar Siswa SD Melalui Pendekatan Teaching at the Right Level*. Seminar Nasional dan Prosiding PPG Unikama.
<https://conference.unikama.ac.id/artikel/index.php/ppg/article/view/759>
- Yuliana, D., Sungkowo, & Prasetyo, A. (2024). *Implementasi Pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik di SMP N 15 Semarang. Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 342–351. <https://proceeding.unnes.ac.id/wpcgp/article/view/3378>