

**MENINGKATKAN KETERAMPILAN SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI
MELALUI STRATEGI PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI
PESERTA DIDIK KELAS X SMK N 7 SEMARANG**

Ahmad Faturrohman ^{1*}, Husnul Hadi ²

¹²Universitas PGRI Semarang, Semarang, Indonesia

ahmadfaturroan02@gmail.com¹, ajohusnul@gmail.com²

*Corresponding Author. E-mail : ahmadfaturroan02@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is to improve student learning outcomes, especially the psychomotor aspect, namely lower service skills in volleyball games in class X of SMK Negeri 7 Semarang. Differentiated learning methods are used in this study. This class action research involved 36 students in class X of SMK Negeri 7 Semarang. The source of data for learning outcomes is an evaluation carried out at the end of each learning cycle and findings from teachers who teach physical education subjects in class X. Instrument to collect data through observation, documentation and tools for assessing under-service skills. Qualitative descriptive forms are used to analyze research data. The stages of data presentation include data reduction, data appearance, and conclusion drawn. The data triangulation method is used to test the validity of the data. The results of the study showed that class X students who used differentiated learning had better volleyball serving skills. In the pre-cycle, the completeness of the students' scores was 41.67%, increased to 69,44% in the first cycle, and increased again to 80,56% in the second cycle. The average score before the action was 67, but it increased to 84 in cycle II. Therefore, the research has been successful. Class X students of SMK Negeri 7 Semarang have improved their bottom service skills in volleyball games by using differentiated learning strategies.

Keywords: Volleyball, Bottom Service, Differentiated Learning.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya aspek psikomotor, yaitu ketrampilan servis bawah pada permainan bola voli di kelas X SMK Negeri 7 Semarang. Metode pembelajaran berdiferensiasi digunakan dalam penelitian ini. Penelitian tindakan kelas ini melibatkan 36 siswa di kelas X SMK Negeri 7 Semarang. Sumber data untuk hasil belajar adalah evaluasi yang dilakukan pada akhir setiap siklus pembelajaran dan temuan dari guru yang mengajar mata pelajaran penjaskes di kelas X. Instrument untuk mengumpulkan data melalui observasi, dokumentasi dan alat untuk menilai keterampilan servis bawah. Bentuk deskriptif kualitatif digunakan untuk menganalisis data penelitian. Tahapan penyajian data termasuk pengurangan data, penampilan data, dan penarikan kesimpulan. Metode triangulasi data digunakan untuk menguji keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik kelas X yang menggunakan pembelajaran berdiferensiasi memiliki keterampilan servis bola voli yang lebih baik. Dalam pra-siklus, ketuntasan nilai peserta didik adalah 41,67%, meningkat menjadi 69,44% pada siklus I, dan meningkat kembali menjadi 80,56% pada siklus II. Nilai rata-rata sebelum tindakan adalah 67, tetapi meningkat menjadi 84 pada siklus II. Oleh karena itu, penelitian telah berhasil. Peserta didik kelas X SMK Negeri 7 Semarang telah meningkatkan keterampilan servis bawah mereka dalam permainan bola voli dengan menggunakan strategi pembelajaran berdiferensiasi.

Kata kunci: Bola Voli, Servis Bawah, Pembelajaran Berdiferensiasi

PENDAHULUAN

(Parmadi et al., 2022, p. 3214) Olahraga adalah komponen penting dalam pembangunan manusia Indonesia karena membantu menghasilkan sumber daya manusia yang cerdas dan berkualitas dengan meningkatkan kebugaran fisik dan mental serta meningkatkan rasa sportivitas. Olahraga telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari masyarakat dan merupakan hal yang umum di seluruh dunia. Olahraga adalah aktivitas fisik yang menyalurkan energi tubuh dan meningkatkan dan memelihara kesehatan seseorang (Kresnapati, 2018). Olahraga, yang merupakan bentuk aktivitas fisik yang intens, dirancang untuk memberikan tingkat kepuasan, kemenangan, dan prestasi yang paling tinggi mungkin. Olahraga dapat dilakukan oleh semua orang, baik secara individu maupun kelompok. Olahraga sangat penting untuk mencapai visi kemajuan negara dan bangsa menuju masyarakat yang sehat dan berbudaya (Wahidah, 2016). Menurut undang-undang SKN, olahraga dibagi menjadi tiga kategori: olahraga untuk prestasi, olahraga untuk rekreasi, dan olahraga untuk pendidikan. Menurut (Natal, 2020, p. 23).

Pendidikan memainkan peran penting dalam kualitas pembangunan sebuah negara; keadaan pendidikan dan kualitas pendidikan akan mempengaruhi kualitas pembangunan negara (Sinta, 2019, p. 78). Menurut Undang-Undang Sisdiknas No. 20 Tahun 2003, peran dan fungsi pendidikan adalah untuk membentuk watak dan kemampuan siswa serta membangun peradaban bangsa yang bermartabat untuk mecerdaskan kehidupan bangsa. Dengan demikian, pendidikan harus mengembangkan potensi peserta didik yang meliputi keagamaan, kesehatan, budi pekerti, kecerdasan, bakat, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab (Fitra, 2022, p. 251).

Pendidikan jasmani, yang mencakup latihan fisik, dapat meningkatkan kesehatan mental, fisik, dan emosional manusia. Menurut Prasetyo, Setyawan, dan Citrawati (2020), pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran melalui aktivitas fisik dengan tujuan meningkatkan keterampilan motorik, kebugaran fisik, pemahaman dan kebiasaan hidup yang sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. (Raden Willy Winengku Widhiasto, Andi T.B.D. Alsaudi, 2019) Diharapkan setelah belajar pendidikan jasmani, siswa akan mempelajari berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, dan strategi untuk berpartisipasi dalam permainan olahraga yang mempromosikan sportivitas, kejujuran, dan komitmen terhadap pola hidup sehat. Oleh karena itu, guru harus menemukan cara baru untuk menarik minat siswa dalam aktivitas fisik. Diharapkan bahwa pendidikan jasmani akan meningkatkan keterampilan gerak dan sikap, mental, sosial, dan emosi siswa. Pendidikan jasmani di sekolah harus diberikan dengan baik karena sangat penting. Dalam pendidikan jasmani, cabang olahraga bola voli termasuk dalam materi pokok. Bermain voli memiliki banyak manfaat, salah satunya adalah membangun sikap tubuh yang baik, yaitu sikap fisik, fisiologis, kesehatan, dan kemampuan jasmani, serta manfaat rohani, yaitu meningkatkan kejiwaan, kepribadian, dan karakter seseorang sehingga mereka dapat sesuai dengan tuntutan masyarakat.

Salah satu materi pendidikan jasmani yang mengutamakan ketrampilan gerak yaitu permainan bola voli. (Herlambang et al., 2024) Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang masih

semakin populer dan dikenal masyarakat luas adalah bola voli.. Untuk dapat bermain permainan bola voli, ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai yaitu passing, blok, smash, dan service. Semua teknik dasar ini bisa dilakukan dengan baik apabila gerak dasar dapat dikuasai dengan benar (Raden Willy Winengku Widhiasto, Andi T.B.D. Alsaudi, 2019). (Shella Udiana Waticasari, Iyakrus, 2023) permainan bola voli hampir dimainkan diseluruh Negara di dunia karena permainan bola voli merupakan olahraga yang menyenangkan. Pada awalnya ide dasar permainan bola voli adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola di daerah lawan. Olahraga pendidikan bola voli berguna dalam pemeliharaan kesegaran jasmani dan juga berperan dalam pembentukan kerja siswa. Sebagaimana seperti cabang-cabang olahraga yang lain, bola voli juga dapat digunakan untuk pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat positif lainnya. Pembelajaran teknik dasar bola voli dilakukan dengan tujuan agar peserta didik dapat memahami dan mempraktikkan gerak teknik dasar bola voli saat mereka bermain. Keterampilan yang diajarkan dalam permainan bola voli ini akan bermanfaat dan dapat diterapkan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh mereka saat bermain di luar ruangan, berolahraga, atau dalam permainan bola voli secara keseluruhan.

(Pambudi et al., 2019) pembelajaran adalah interaksi antara guru dan siswa dalam lingkungan sekolah. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, keberhasilan proses belajar mengajar dapat diukur dari tingkat keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Tingkat pemahaman, penguasaan materi, keterampilan praktek, dan hasil belajar peserta didik merupakan indikator keberhasilan pembelajaran. Semakin banyak pemahaman, penguasaan materi, dan hasil belajar peserta didik, semakin besar tingkat keberhasilan pembelajaran.

Pembelajaran berdiferensiasi adalah pendekatan pembelajaran yang bertujuan untuk membantu siswa memperoleh keterampilan hidup yang mereka miliki saat ini dan memberikan mereka kebebasan untuk belajar sendiri. Dengan pendekatan ini, guru akan memiliki kemampuan untuk mengelola semua kebutuhan belajar siswa mereka, yang berarti pembelajaran mereka akan menjadi efektif dan efisien. Pembelajaran berdiferensiasi dimaksudkan untuk memastikan bahwa tujuan pembelajaran dapat dicapai oleh setiap orang dengan cara mereka sendiri. Keterampilan yang diperoleh peserta didik diharapkan yaitu dapat bermanfaat dan dapat meningkatkan taraf kehidupan menjadi semakin baik. (Sutrisno et al., 2023, p. 754)

Tujuan aktivitas pembelajaran yaitu untuk membuat peserta didik dapat belajar dan mengalami peningkatan diri. Tujuan pembelajaran berupa target meliputi aspek yang harus dicapai dalam proses pembelajaran (Abdullah, 2020). Dalam capaian pembelajaran di modul pembelajaran yang telah disusun, peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami variasi dan kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam berbagai permainan net sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki, diharapkan siswa dapat menjelaskan dan melakukan servis bawah permainan bola voli. Sebelum pembelajaran perlu adanya identifikasi pada

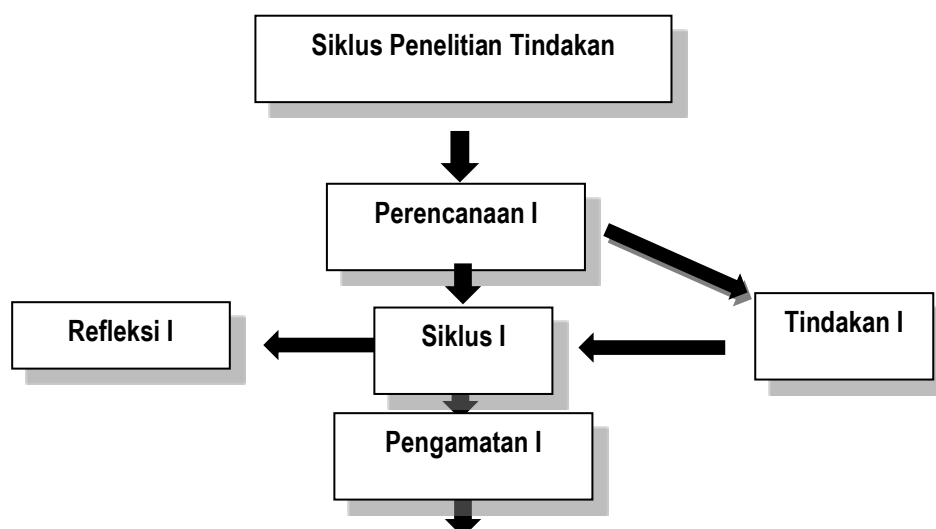
kemampuan awal serta kebutuhan belajar peserta didik dengan assesmen diagnostik (Pratiwi & Pd, 2022)

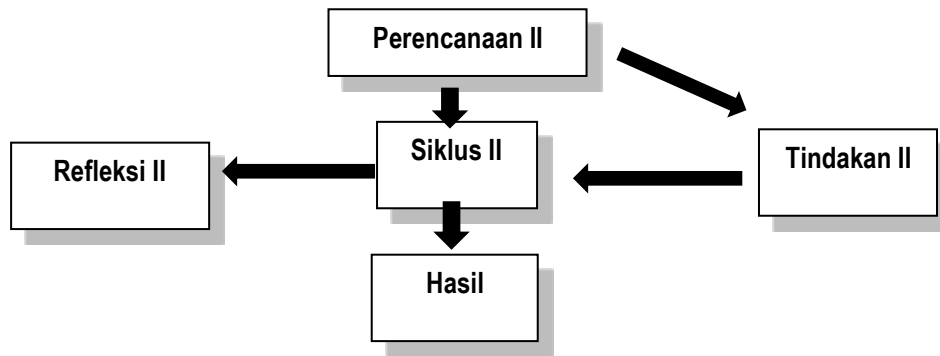
Asesmen diagnostic dapat dilakukan pada saat observasi kelas, ujian diagnostik, dan interaksi pribadi dengan peserta didik. Sebagian besar peserta didik perempuan masih takut dengan bola yang sebenarnya dan belum dapat melakukan servis dengan baik sesuai dengan indikator penilaian. Oleh karena itu, metode pembelajaran berdiferensiasi harus diterapkan untuk membantu peserta didik mencapai standar ketuntasan minimal (KKM). Sangat penting bagi guru PJOK untuk menggunakan pendekatan pembelajaran berdiferensiasi untuk memenuhi berbagai minat, kemampuan dasar, dan kebutuhan belajar siswa. (Pratiwi & Pd, 2022). Maka dari itu berdasarkan latar belakang masalah diatas penulis mengambil judul “Meningkatkan Ketrampilan Servis Bawah Pembelajaran Permainan Bola Voli Melalui Pembelajaran Berdiferensiasi Peserta didik Kelas X SMK Negeri 7 Semarang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, Penelitian tindakan kelas dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan efektivitas dan kualitas pada sasaran atau objek penelitiannya (Suharsimi Arikunto et al., 2021). Penelitian dilaksanakan terdiri dari 2 siklus PTK, dengan setiap siklus berisi rencana pembelajaran, observasi pada proses pembelajaran serta adanya refleksi disetiap siklus yang dilaksanakan, refleksi bertujuan untuk menilai efektivitas pelaksanaan siklus pembelajaran yang disampaikan pada peserta didik. (Hipolitus Ilman Halawa et al., 2022).

Untuk menilai efektivitas proses pembelajaran PJOK, pendekatan deskriptif kuantitatif dan deskriptif kualitatif digunakan untuk mengolah data penelitian ini. Tantangan dan hambatan belajar yang muncul bagi peserta didik selama pembelajaran PJOK diungkapkan. Selanjutnya, dirumuskan solusi dan upaya untuk mengatasi tantangan dan hambatan tersebut agar peserta didik dapat mencapai tujuan pembelajaran mereka, termasuk pemahaman materi dan peningkatan kosa kata. Alur pelaksanaan pembelajaran yang terdiri dari beberapa siklus dan beberapa tahap tersebut dapat dilihat pada gambar berikut.





Gambar 1 Alur Penelitian Tindakan Kelas

Populasi penelitian meliputi seluruh peserta didik SMK Negeri 7 Semarang, lalu sampel penelitian ini peserta didik kelas X TE 1 dengan jumlah 36 peserta didik. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan tujuan untuk menilai dan memperbaiki proses pembelajaran di kelas tersebut (Sugiyono, 2019). Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan dalam memperoleh data dan membantu pekerjaan peneliti, menjadikan hasil yang lebih baik, serta mudah diolah (Sujarweni, 2020). Instrumen pengumpulan data menggunakan tes keterampilan *service* bawah, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan penelitian ini yaitu deskriptif data berupa *persentase* yang selanjutnya akan diinterpretasikan untuk menentukan hasil dan simpulan (Verren & Wijono, 2021, p. 127). Penyajian data penelitian berbentuk deskriptif kualitatif dengan tahap alurnya; reduksi data, data display, dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian yang dikumpulkan adalah hasil pengamatan terhadap aktivitas peserta didik selama pembelajaran berlangsung di setiap siklus. Pra-penelitian dilaksanakan dengan observasi langsung untuk mengidentifikasi masalah yang ada di lapangan (Fernando, 2022). Observasi dilakukan menggunakan lembar observasi untuk memantau tindakan peserta didik selama proses pembelajaran, yang bertujuan untuk mengevaluasi penerapan pendekatan pembelajaran berdiferensiasi dalam meningkatkan kemampuan belajar mereka dalam permainan bola voli. Penilaian pada keterampilan praktek servis bawah permainan bola voli menggunakan instrumen tes keterampilan. Data penilaian yang diperoleh diuraikan sebagai berikut:

Pra-siklus

Data awal yang bersumber pada peserta didik sebelum dilakukan tindakan menunjukkan beberapa hasil. Pada tes awal keterampilan servis bawah kelas X TE 1 diperoleh peserta didik yang mencapai nilai ketuntasan sebanyak 15 orang dan 21 peserta didik lainnya belum mendapat nilai tuntas. Ketuntasan awal kelas pada pra-siklus hanya sebesar 41,67%, sedangkan 58,33% peserta didik belum tuntas. Nilai rata-rata yang didapat pada penilaian pra-siklus adalah 67, kriteria ketuntasan minimal (KKM) pada pembelajaran ini 80.

Tabel 1 Data Penilaian Pra-siklus

No	Jumlah Peserta Didik	Kriteria	Presentase
1	15	Tuntas	41,67%
2	21	Tidak Tuntas	58,33%

Sumber : Hasil Penelitian (2024)

Berdasarkan hasil data yang diperoleh pada pra-siklus dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar peserta didik dalam praktek servis bawah permainan bola voli masih sangat kurang. Perlu adanya strategi pembelajaran yang digunakan untuk membantu peserta didik mencapai ketuntasan belajar dan memiliki keterampilan dasar permainan bola voli yaitu servis bawah. Strategi pembelajaran yang diterapkan dalam pembelajaran ini adalah pembelajaran berdiferensiasi. Pembelajaran berdiferensiasi merupakan pendekatan pembelajaran yang menyesuaikan proses pembelajaran untuk memenuhi kebutuhan, minat, dan kemampuan setiap siswa secara individual.

Penerapan pembelajaran berdiferensiasi meliputi berdiferensiasi dalam konten (media) dan berdiferensiasi dalam proses. Implementasi strategi pembelajaran tersebut akan dilaksanakan pada pembelajaran siklus selanjutnya. Refleksi dan evaluasi pembelajaran dilakukan di setiap akhir siklus pembelajaran.

Siklus I

Pembelajaran permainan bola voli dengan materi teknik dasar servis bawah telah menerapkan strategi pembelajaran berdiferensiasi. Setelah pembelajaran, penilaian pada praktek keterampilan servis bawah dilakukan melalui instrument tes keterampilan servis bawah. Hasil pembelajaran pada siklus I menunjukkan sebanyak 25 peserta didik telah mencapai ketuntasan, ketuntasan klasikal mencapai 69,44%. Peserta didik yang belum mencapai nilai tuntas sebanyak 11, dengan presentase 30,56%. Rata-rata nilai yang diperoleh pada siklus I mencapai 75. Presentase ketuntasan kelas telah mengalami peningkatan namun target ketuntasan klasikal sebesar 75% belum terpenuhi, masih perlu adanya tindakan lanjutan pada siklus II. Perbaikan dan pengembangan yang bersumber dari evaluasi siklus I diterapkan pada siklus pembelajaran selanjutnya.

Tabel 2. Data Penilaian Siklus I

No	Jumlah Peserta Didik	Kriteria	Presentase
1	25	Tuntas	69,44%
2	11	Tidak Tuntas	30,56%

Sumber : Hasil Penelitian (2024)

Siklus II

Pada pembelajaran siklus II, data nilai keterampilan peserta didik mengalami peningkatan kembali dan mencapai keberhasilan melampaui target ketuntasan klasikal minimal kelas (75%). Presentase

jumlah peserta didik yang memperoleh nilai tuntas ada 80,56% dengan sebanyak 29 peserta didik. Peserta didik yang belum mencapai ketuntasan pada penilaian keterampilan servis atas sebanyak 7 peserta didik dengan presentase 19,44%. Rata-rata nilai pada penilaian siklus II dari keseluruhan 36 peserta didik kelas X adalah 84.

Tabel 3. Data Penilaian Siklus II

No	Jumlah Peserta Didik	Kriteria	Presentase
1	29	Tuntas	80,56%
2	7	Tidak Tuntas	19,44%

Sumber : Hasil Penelitian (2024)

Refleksi pada pembelajaran siklus II, penerapan strategi pembelajaran berdiferensiasi pada materi servis atas permainan bola voli telah berhasil dan mencapai ketuntasan klasikal kelas. Ketuntasan klasikal secara keseluruhan diperoleh 80,56% dan telah melampaui standar keberhasilan penelitian tinakan kelas. Pembelajaran berdiferensiasi membantu peserta didik dalam proses pembelajaran sesuai dengan minat yang dimiliki serta mampu menerapkan cara belajar masing-masing. Peserta didik menjadi lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran baik di kelas maupaun pembelajaran lapangan. Cara belajar peserta didik telah menyesuaikan karakteristik masing-masing, seperti pemilihan metode belajar serta penggunaan media pembelajaran. Porsi dan cara berlatih peserta didik telah menunjukkan adanya diferensiasi yang mampu diterapkan dan membantu memaksimalkan proses belajar untuk mencapai tujuan yang direncanakan.

PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk memperbaiki serta meningkatkan kondisi dan hasil belajar. Oleh karena itu, keberhasilan dari penelitian tindakan kelas diukur berdasarkan peningkatan pembelajaran yang terjadi di kelas tersebut. Keberhasilan Penelitian tindakan kelas dinilai dengan mengukur tingkat ketuntasan nilai yang diperoleh peserta didik secara keseluruhan dari setiap siklus hingga siklus terakhir. Berdasarkan uraian data penelitian diatas telah menunjukkan penerapan strategi pembelajaran berdiferensiasi mampu meningkatkan keterampilan servis bawah permainan bola voli peserta didik kelas X di SMK Negeri 7 Semarang. Sejalan dengan pernyataan Adisjam & Saparia (2023) pembelajaran berdiferensiasi merupakan upaya adaptasi proses pembelajaran agar sesuai dengan kebutuhan belajar setiap individu.

Pembelajaran berdiferensiasi dinilai mampu menjadi solusi metode pembelajaran masa kini yang sesuai dengan keadan dan kebutuhan belajar peserta didik. Proses pembelajaran tidak lagi berpusat pada guru tapi berpusat pada peserta didik. Peserta didik memiliki kebebasan dalam menentukan metode, media, dan gaya belajar masing-masing. Guru berperan sebagai fasilitator yang mendukung, mengarahkan, dan membantu proses pembelajaran. Kreativitas dan potensi diri peserta didik dapt dicpai

dengan adanya ruang dan kesempatan yang diberikan. Ruang yang dapat diberikan meliputi cara belajar individu/kelompok, belajar melalui pengalaman, memberi dan menerima motivasi, ikut dalam kegiatan langsung, serta belajar mengembangkan keterampilan yang relevan dengan kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Penenerapan Strategi pembelajaran berdiferensiasi dapat membantu meningkatkan keterampilan psikomotor peserta didik, seperti servis materi bola voli. Hasil belajar peserta didik meningkat. Pada pra-siklus, mereka memiliki ketuntasan nilai 41,67% dan nilai rata-rata 67, dan ketuntasan nilai pada siklus kedua mencapai 80,56% dengan nilai rata-rata kelas 84. Peserta didik yang memiliki nilai tuntas hanya 15 pada awal siklus dan meningkat menjadi 29 pada siklus kedua.

. Pembelajaran berdiferensiasi dianggap dapat menyelesaikan masalah proses belajar yang berkaitan dengan keanekaragaman minat dan kemampuan siswa. Pembelajaran berdiferensiasi adalah pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik. Ini memungkinkan peserta didik untuk mengembangkan potensi dan minat mereka sendiri dengan menggunakan metode belajar yang mereka pilih. Dapat disimpulkan bahwa di SMK Negeri 7 Semarang, keterampilan psikomotor peserta didik kelas X dapat ditingkatkan dengan menggunakan strategi pembelajaran berdiferensiasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, W. M. (2020). *Tingkat Kemampuan Tolak Peluru Gaya Menyamping Pada Peserta Didik Kelas Xii Di Sma Negeri 3 Klaten Tahun 2020*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Adisjam, A., & Saparia, A. (2023). Penerapan pembelajaran diferensiasi mengoptimalkan minat dan bakat murid dalam pembelajaran pjok smp al azhar mandiri palu. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 54. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16571>
- Fernando, J. (2022). Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI) available online at <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok> MEDIA PEMBELAJARAN BOLA VOLI INTERAKTIF. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2, 94–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.587>
- Fitra, D. K. (2022). Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Perspektif Progresivisme pada Mata Pelajaran IPA. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 5(3), 250–258. <https://doi.org/10.23887/jfi.v5i3.41249>
- Herlambang, F. D., Ratimiasih, Y., & Kresnapati, P. (2024). PENGEMBANGAN ALAT PEMBELAJARAN PASSING BAWAH BOLA VOLI SISWA KELAS V SD NEGERI 1 JARAKSARI. *Journal of Physical Activity and Sports*, 5, 74–80.
- Hipolitus Ilman Halawa, Joko Priono, & Rizki Kurniati. (2022). Meningkatkan Minat Belajar Melalui Modifikasi Permainan Bola Voly Di Sekolah. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 2(2), 102–108. <https://doi.org/10.32665/citius.v2i2.1311>
- Kresnapati, P. (2018). Analisis Kinesiologi Teknik Keterampilan Tubuh pada Olahraga Tolak Peluru Gaya Ortodock Mahasiswa Pjkr Upgris. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 1(2), 37. <https://doi.org/10.26740/jses.v1n2.p37-41>
- Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyoogo, W. D. (2019). Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan*, 4, 110–116.

- Parmadi, M., Usman, B. A. A., Ridho, M., & Trisnandi, K. (2022). Survey Keterampilan Tehnik Dasar Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli di SMK YPE Sawunggalih Kutoarjo Mokhamad. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 3213–3218.
- Pratiwi, I. R., & Pd, S. (2022). Implementasi Praktik Baik Pembelajaran Berdiferensiasi Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). *Academia.Edu*.
- Raden Willy Winengku Widhiasto, Andi T.B.D. Alsaudi, S. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli Mini melalui Pembelajaran Secara Bertahap. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 11(2), 182.
- Shella Udiana Waticasari, Iyakrus, D. (2023). Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. *Pengembangan Media Pembelajaran PJOK Berbasis Web Di Kelas IV SD*, 19(2), 17–28.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto, Suhardjono, & Supardi. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas : Edisi Revisi*. Bumi Aksara.
- Sujarweni, V. W. (2020). *Metodologi penelitian : Lengkap, praktis, dan mudah dipahami*. Pustaka Baru.
- Sutrisno, L. T., Muhtar, T., & Herlambang, Y. T. (2023). Efektivitas Pembelajaran Berdiferensiasi Sebagai Sebuah Pendekatan untuk Kemerdekaan. *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik*, 7(2), 753–764. <https://doi.org/10.20961/jdc.v7i2.76475>
- Verren, C., & Wijono. (2021). Survei Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Puslatda Jawa Timur Cabang Olahraga Bolavoli Pantai. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(10), 124–128.