

## RINGKASAN

### **Dapot Petrus. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet Pada Kelas VIII d. SMP Negeri 2 Balaraja Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Jakarta 2016**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah pada siswa SMP Negeri 2 Balaraja, jumlah siswa 39 orang, metode berpasangan dan melakukan modifikasi gerakan dengan mementulkan bola ke lantai / ubin lapangan bola voli yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode penelitian tindakan (*Action Research*) dengan teknik pengambilan data kuantitatif, penelitian ini melibatkan guru olahraga SMP Negeri 2 Balaraja Pak Suherman sebagai kolaborator, penelitian ini di lakukan sebanyak II siklus di mana setiap siklusnya terdapat 4 kali pertemuan.

Kegiatan siklus I ( berpasangan ) di awali dengan tes awal di mana peneliti dapat mengetahui seberapa besar kemampuan siswa dalam menguasai teknik *Passing* bawah bola voli sebelum diberikan perlakuan dari peneliti, kemudian siswa diberikan perlakuan dari peneliti dan di berikan stimulus berupa media yang di buat oleh peneliti yaitu media bola karet, perlakuan ini dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan sesuai dengan penjelasan di awal dan setelah itu peneliti melakukan tes akhir siklus pertama, dari hasil siklus pertama yang di realisasikan peneliti mendapati adanya perkembangan dari para siswa namun masih belum memenuhi batas minimum ketuntasan sehingga peneliti dan kolaborator sepakat bahwa perlu mengadakan siklus I selanjutnya yaitu siklus ke II dengan melakukan modifikasi gerakan dan mementulkan bola ke lantai / ubin lapangan bola voli memodifikasi media pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menambahkan bola karet sehingga lebih memudahkan siswa untuk melakukan *Passing* bawah bola voli.

Kegiatan siklus ke II yang di realisasikan peneliti melalui media bola Karet memberikan hasil yang baik berupa, 1) siswa dapat memahami konsep gerak *passing* bawah bola voli, hal ini dapat di ketahui dari cara siswa melakukan dan memahami dalam melakukan *Passing* bawah, 2) siswa dapat belajar *Passing* bawah dengan baik, 3) motivasi siswa dan percaya diri siswa meningkat pada saat pembelajaran dengan media *bola karet*.

Pada penelitian ini di jelaskan bahwa pada tes awal di dapati data kemampuan siswa yang lulus melakukan *passing* bawah dalam permainan bola voli yaitu sebanyak 6(30%) siswa dan yang tidak lulus sebanyak 14(70%) siswa. Pada siklus I terjadi peningkatan yang signifikan, siswa yang lulus 14(70%) siswa sedangkan yang tidak lulus sebanyak 6(30%) siswa. Pada siklus ke II terlihat peningkatan yang maksimal yaitu 20(100%) siswa lulus.

Keterangan dari hasil penelitian ini adanya peningkatan dari hasil belajar *Passing* bawah bola voli.melalui media *bola karet* dari tes awal menghasilkan prosentase sebesar 30% siswa yang dapat melakukan *passing* bawah benar, kemudian di lakukan siklus I di dapati peningkatan yaitu 70% siswa yang dapat meningkatkan hasil latihan dengan benar, dan pada siklus ke II dengan hasil sebesar 100% siswa dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli melalui media bola karet dengan benar.

## KATA PENGANTAR

Puji tuhan Makasih tuhan yesus karena berkat kasihnya ia tidak pernah meninngalkanku baik susah maupun senang, skripsi yang berjudul” Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet Pada Siswa Kelas VIII D. SMP Negeri 2 Balaraja, dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Pada kesempatan ini, tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Tuhan Yang Maha Kuasa dalam memberikan nikmat dan memberikan segala kemudahan. Kepada yang terhormat: Bapak Dr. Abdul Sukur, S.Pd, M.si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Kepada yang terhormat Ibu: Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.kes, AIFO. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Kepada yang terhormat Ibu:Fitri Lestari Issom,M.Pd Selaku Pembimbing Akademik, Kepada yang terhormat Bapak: Drs. Yansen H .Jutalo,M.Pd Selaku Pembimbing I. Dan Kepada yang terhormat Bapak: Drs.Sudarso, M.Pd Selaku Pembimbing II.

Terimakasih kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Balaraja dan para siswa yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.

Terutama ucapan terima kasih ini saya kepada berikan Ayahanda tercinta, Fiktor Lumban gaol dan Ibunda tercinta Sarma Simanulang, yang selalu memberikan nasehat maupun motivasi agar semangat untuk terus

berjuang dalam menyelesaikan kuliah serta skripsi ini, serta atas dukungan material maupun moril. Dengan segala kelebihan dan kekurangannya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin

**Jakarta, 16 Januari 2016**

**DAPOT PETRUS**

## DAFTAR ISI

RINGKASAN .....	i
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR GRAFIK.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Manfaat Penelitian.....	5

### BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS TINDAKAN

A. Kerangka Teori .....	6
1. Hakikat Belajar.....	6
2. Hakikat Hasil Belajar .....	8
3. Hakikat Permainan Bola Voli .....	9
4. Hakikat <i>Passing</i> Bawah Bola Voli.....	10

5. Hakikat Media.....	14
6. Hakikat ukuran Media Bola Voli .....	18
7. Hakikat ukuran Media Bola Karet.....	19
8. Karakteristik Siswa SMP .....	21
B. Kerangka Berpikir .....	23
C. Hipotesis Tindakan .....	24

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	25
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	25
C. Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel.....	26
D. Metode Penelitian.....	26
E. Langkah - Langkah Penelitian.....	26
F. Subyek Penelitian .....	30
G. Prosedur Penelitian.....	30
H. Prinsip Dan Ciri Penelitian Tindakan Kelas .....	35
1. Perencana Tindakan Siklus I (Secara Berpasangan).....	37
2. Perencana Tindakan Siklus II (Menambahkan Variasi Berpasangan Dengan Cara Memantulkan Ke Ubin/Lantai Lapangan).....	37
I. Sumber Data.....	38
J. Teknik Pengambilan Data.....	39

K. Instrumen Penelitian.....	39
a. Definisi Konseptual.....	42
b. Definisi Operasional.....	43
c. Kisi-kisi Instrumen.....	43
L. Teknik Peungumpulan Data.....	50
M.Keabsahan Data Penelitian.....	50
N. Teknik Analisis Data.....	50
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Proses Pelaksanaan Penelitian .....	51
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	57
 <b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	59
B. Implikasi.....	59
C. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbandingan Ukuran Bola Karet Dan Bola Voli	
Sebenarnya.....	21
Tabel 2. Materi Passing Bawah Bola Voli.....	27
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Hasil Belajar Pendidikan	
Jasmani Tentang Passing Bawah Bola Voli.....	40
Tabel 4. Kisi-Kisi Penilaian Passing Bawah Bola Voli.....	44
Tabel 5. Distribusi Data Awal Frekuensi Hasil Penilaian Siklus I	
Dan Siklus II.....	51
Tabel 6. Nilai Data Awal <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola	
Karet Kelas VIII d SMP Negeri 2 Balaraja.....	90
Tabel 7. Nilai Siklus I <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola	
Karet Kelas VIII d SMP Negeri 2 Balaraja.....	92
Tabel 8. Nilai Siklus II <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola	
Karet Kelas VIII SMP Negeri 2 Balaraja.....	94
Tabel 9. Nilai Ketuntasan (%) Data Awal, Siklus I Dan Siklus II.....	96
Tabel 10. Tabulasi Data Awal <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media	
Bola Karet Kelas VIII d SMP Negeri 2 Balaraja.....	98
Tabel 11. Tabulasi Siklus I <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola	



Karet Kelas VIII d SMP Negeri 2Balaraja.....	99
Tabel12.Tabulasi Siklus II <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media	
Bola Karet Kelas VIII d SMP Negeri 2Balaraja.....	101

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Sumber : Dokumentasi Pribad Persiapan (Sikap Awal).....	11
Gambar 2 : Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Sumber : Dokumentasi Pribadi Pelaksanaan (Gerakan Perkenaan Bola ).....	12
Gambar 3 : Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Sumber : Dokumentasi Pribadi Gerakan Lanjutan (Gerakan Akhir).....	13
Gambar 4. Bola Karet Sumber : Dokumentasi Pribadi. ....	20
Gambar 5. Bola Voli Sebenarnya Sumber : Dokumentasi Pribadi.....	20
Gambar 6. Siklus Penelitian Tindakan.....	36
Gambar: 7. Media Bola Karet.....	103
Gambar: 8. Media Bola Voli Sesungguhnya.....	103
Gambar: 9. Guru Sedang Mengabsen/Mengecek Kehadiran Siswa .....	104
Gambar: 10. Guru Memimpin Siswa Untuk Berdo'a Sebelum Melakukan Pemanasan.....	104
Gambar: 11. Guru Dan Siswa Sedang Melakukan Pemanasan.....	105

Gambar: 12. Guru Memberi Materi <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet.....	106
Gambar: 13. Guru Sedang Memberikan Contoh Gerakan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Tanpa Media Bola.....	107
Gambar: 14. Guru Sedang Memberikan Contoh Gerakan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet.....	107
Gambar : 15.Siswa Melakukan Gerakan <i>Passing</i> Bawah Yang Saling Berpasangan Dengan Media Bola Karet.....	108
Gambar : 16. Siswa Sedang Melakukan Gerakan <i>Passing</i> Bawah Dengan Cara Memantulkan Ke lantai/Ubin Lapangan.....	109
Gambar : 17. Dokumentasi Peneliti Dan kolaborator.....	110
Gambar: 18. Foto Bersama Setelah Selesai Melaksanakan Peneliti.....	110

## DAFTAR GRAFIK

GRAFIK.1 Histogram Data Awal, Siklus I, Siklus II, <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet.....	52
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Silabus.....	62
Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran I.....	64
Lampiran 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran II.....	67
Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran III.....	70
Lampiran 5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran IV .....	73
Lampiran 6. Catatan Lapangan 1.....	76
Lampiran 7. Catatan lapangan 2 .....	78
Lampiran 8. Catatan Lapangan 3 .....	80
Lampiran 9. Catatan lapangan 4 .....	82
Lampiran 10. Format Penilaian.....	84
Lampiran 11. Nilai Data Awal <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet.....	90
Lampiran 12. Nilai Siklus I <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet.....	92
Lampiran 13. Nilai Siklus II <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Melalui Media Bola Karet.....	94
Lampiran 14. Nilai Ketuntasan (%) Data Awal, Siklus I Dan Siklus .....	96
Lampiran 15. Tabulasi Data Awal.....	98

Lampiran 16. Tabulasi Tes Siklus I .....	99
Lampiran 17. Tabulasi Tes Siklus II .....	101
Lampiran 18 Simpangan Baku .....	102
Lampiran 19 Dokumentasi atau foto penelitian .....	103
Lampiran 20 Siklus I Berpasangan.....	108
Lampiran 21 Siklus II Siswa Sedang Melakukan Gerakan <i>Passing</i> Bawah Dengan Cara Memantulkan Kelantai/Ubin Lapangan.....	109