

Lampiran 1

SILABUS

| | |
|-----------------------|---|
| Sekolah | : SMP Negeri 2 Balaraja |
| Kelas | : VIII d |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan |
| Semester | : Satu / Ganjil |
| Materi pokok | : Passing bawah bola voli melalui media bola karet |
| Alokasi waktu | : 8 x 40menit (4 X pertemuan) |
| Standar Kompetensi | : Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya. |
| Kompetensi Dasar | : Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri. |
| Kegiatan Pembelajaran | : Melakukan gerak teknik dasar passing bawah bola volii melalui media bola karet dengan baik dan benar. |
| Indikator | : Psikomotor : <ul style="list-style-type: none">• Melakukan teknik dasar passing bawah bola voli melalui media bola karet, |

- Melakukan gerakan passing bawah bola voli secara berpasangan.
- Memodifikasi gerakan passing bawah bola voli dengan memantulkan bola ke lantai/ubin lapangan bola voli agar siswa menemukan gerakan yang baik,

Kognitif

Mengetahui teknik dasar gerakan *passing* bawah bola voli dan konsep gerak passing atas dan passing bawah bola voli.

Afektif

- Dapat bekerjasama, menghargai satu sama lain dan semangat dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat,

Lampiran 2

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

| | |
|---------------------|--|
| Sekolah | : SMP Negeri 2 Balaraja |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan |
| Kelas/ Semester | : VIII d Semester 1/ Ganjil |
| Materi Pembelajaran | : Passing bawah bola voli melalui media bola karet |

Alokasi Waktu : 2 x 40 menit (pertemuan I)

A. Standar Kompetensi

Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan passing bawah bola voli, sederhana dan olahraga dengan media yang di modifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan variasi gerak dasar dalam permainan bola besar sederhana dengan media bola karet yang dimodifikasi, sportivitas, dan kejujuran.

C. Indikator

- Melakukan gerakan awalan passing bawah bola voli
- Melakukan gerakan passing bawah bola voli secara berpasangan.
- Melakukan gerakan akhiran secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli agar meneukan gerakan yang baik.

D. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan teknik dasar passing bawah bola voli dengan benar.
- Siswa dapat melaksanakan tahapan passing bawah bola voli dengan benar secara berpasangan : awalan, perkenaan, dan akhiran.
- Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan pukulan lob dengan baik dan benar secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli.

E. Materi Pembelajaran

- Teknik dasar passing bawah bola voli pada media bola karet yang berbentuk bola voli.

F. Gaya dan Strategi Pembelajaran

- Komando
- Berpasangan
- Secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli
- Bermain

G. Langkah-langkah pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris
- Berdoa
- Presensi
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
- Pemanasan
- Apersepsi

2. Kegiatan inti (50 menit)

- Menjelaskan teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli melalui media bola karet.
- Guru mencontohkan passing bawah permainan bola voli melalui media bola karet.
- Bermain dengan peraturan yang sebenarnya atau dimodifikasi sesuai tujuan materi.
- Bagi kelompok dan siswa melakukan passing bawah permainan bola voli melalui media bola karet.

3. Kegiatan Penutup

- Pendinginan

- Evaluasi proses pembelajaran
- Berdoa

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran

- Lapangan dengan bola voli permukaan yang datar
- Bola voli
- Bola karet
- Pluit

2. Sumber Belajar

- Buku pendidikan Jasmani dan Kesehatan Kelas VIII d SMP N 2 Balaraja.

Jakarta, 04 Januari 2016

Peneliti

Dapot Petrus

Lampiran 3

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

| | |
|---------------------|---|
| Sekolah | : SMP Negeri 2 Balaraja |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan |
| Kelas/ Semester | : VIII d Semester 1/ Ganjil |
| Materi Pembelajaran | : <i>Passing</i> bawah bola voli melalui media bola karet |
| Alokasi Waktu | : 2 x 40 menit (pertemuan I) |

A. Standar Kompetensi

Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan passing bawah bola voli, sederhana dan olahraga dengan media yang di modifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan variasi gerak dasar dalam permainan bola besar sederhana dengan media bola karet yang dimodifikasi, sportivitas, dan kejujuran.

C. Indikator

- Melakukan gerakan awalan passing bawah bola voli.
- Melakukan gerakan passing bawah bola voli secara berpasangan.
- Melakukan gerakan akhiran secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli agar meneukan gerakan yang baik.

D. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan teknik dasar passing bawah bola voli dengan benar.
- Siswa dapat melaksanakan tahapan passing bawah bola voli dengan benar secara berpasangan : awalan, perkenaan, dan akhiran.
- Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan pukulan lob dengan baik dan benar secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli.

E. Gaya dan Strategi Pembelajaran

- Komando
- Berpasangan
- Memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli.
- Bermain

F. Langkah-langkah pembelajaran

4. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris
- Berdoa
- Presensi
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
- Pemanasan
- Apersepsi

5. Kegiatan inti (50 menit)

- Menjelaskan teknik dasar passing bawah permainan bola voli melalui media bola karet
- Tes passing bawah secara berpasangan, aspek yang di nilai: awalan, pelaksanaan, dan terusan

6. Kegiatan Penutup

- Pendinginan
- Evaluasi proses pembelajaran
- Berdoa

G. Alat dan Sumber Belajar

3. Alat Pembelajaran

- Lapangan dengan bola voli permukaan yang datar
- Bola voli
- Bola karet
- Pluit

4. Sumber Belajar

- Buku pendidikan Jasmani dan Kesehatan Kelas VIII d SMP N 2 Balaraja.
-

Jakarta, 11 Januari 2016

Peneliti

Dapot Petrus

Lampiran 4

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
(RPP)

Sekolah : SMP Negeri 2 Balaraja
Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester : VIII d Semester 1 atau Ganjil
Materi Pembelajaran : *Passing* bawah bola voli melalui media bola karet
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit (pertemuan I)

I. Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan passing bawah bola voli, sederhana dan olahraga dengan media yang di modifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

J. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan variasi gerak dasar dalam permainan bola besar sederhana dengan media bola karet yang dimodifikasi, sportivitas, dan kejujuran

K. Indikator

- Melakukan gerakan awalan passing bawah bola voli.
- Melakukan gerakan passing bawah bola voli secara berpasangan.
- Melakukan gerakan akhiran secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli agar meneukan gerakan yang baik.

L. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan teknik dasar passing bawah bola voli dengan benar.

- Siswa dapat melaksanakan tahapan passing bawah bola voli dengan benar secara berpasangan : awalan, perkenaan, dan akhiran.
- Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan pukulan lob dengan baik dan benar secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli. .

M. Materi Pembelajaran

- Teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli .

N. Gaya dan Strategi Pembelajaran

- Komando
- Berpasangan
- Memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli.
- Bermain

O. Langkah-langkah pembelajaran

7. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris
- Berdoa
- Presensi
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
- Pemanasan
- Apersepsi

8. Kegiatan inti (50 menit)

- Menjelaskan teknik dasar passing bawah permainan bola voli
- Guru mencontohkan passing bawah

- Bermain dengan peraturan yang sebenarnya atau dimodifikasi sesuai tujuan materi.
- Bagi kelompok dan siswa melakukan passing bawah berpasangan dan memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan agar membentuk gerakan yang baik..

9. Kegiatan Penutup

- Pendinginan
- Evaluasi proses pembelajaran
- Berdoa

P. Alat dan Sumber Belajar

5. Alat Pembelajaran

- Lapangan dengan bola voli permukaan yang datar.
- Bola voli.
- Bola karet.
- Pluit

6. Sumber Belajar

- Buku pendidikan Jasmani dan Kesehatan Kelas VIII d

Jakarta, 18 Januari 2016

Peneliti

Dapot Petrus

Lampiran 5

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

(RPP)

| | |
|---------------------|---|
| Sekolah | : SMP Negeri 2 Balaraja |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan |
| Kelas/ Semester | : VIII d Semester 1 atau Ganjil |
| Materi Pembelajaran | : <i>Passing</i> bawah bola voli melalui media bola karet |

Alokasi Waktu : 2 x 40 menit (pertemuan I)

H. Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan passing bawah bola voli, sederhana dan olahraga dengan media yang di modifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

I. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan variasi gerak dasar dalam permainan bola besar sederhana dengan media bola karet yang dimodifikasi, sportivitas, dan kejujuran

J. Indikator

- Melakukan gerakan awalan passing bawah bola voli.
- Melakukan gerakan passing bawah bola voli secara berpasangan.
- Melakukan gerakan akhiran secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli agar meneukan gerakan yang baik.

K. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan teknik dasar passing bawah bola voli dengan benar.
- Siswa dapat melaksanakan tahapan passing bawah bola voli dengan benar secara berpasangan : awalan, perkenaan, dan akhiran.
- Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan passing bawah dengan baik dan benar secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli..

L. Materi Pembelajaran

- Teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli

M. Gaya dan Strategi Pembelajaran

- Komando

- Berpasangan
- Tanya jawab

N. Langkah-langkah pembelajaran

10. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris
- Berdoa
- Presensi
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
- Pemanasan
- Apersepsi

11. Kegiatan inti (50 menit)

- Menjelaskan teknik dasar passing bawah permainan bola voli.
- Guru mencontohkan passing bawah.
- Bermain dengan peraturan yang sebenarnya atau dimodifikasi sesuai tujuan materi.
- Bagi kelompok dan siswa melakukan passing bawah berpasangan dan memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan agar membentuk gerakan yang baik..

12. Kegiatan Penutup

- Pendinginan
- Evaluasi proses pembelajaran
- Berdoa

O. Alat dan Sumber Belajar

7. Alat Pembelajaran

- Lapangan dengan bola voli permukaan yang datar.
- Bola voli.
- Bola karet.
- Pluit

8. Sumber Belajar

- Buku pendidikan Jasmani dan Kesehatan Kelas VIII d

Jakarta, 25 Januari 2016

Peneliti

Dapot Petrus

Lampiran 6

Catatan Pembelajaran 1

Ruangan : Lapangan olahraga SMP Negeri 2 Balaraja

Hari/Tanggal : senen, 04 Januari 2016

Jam : 08.30 – 10.40

Pada pukul 08.30 guru memasuki lapangan, beberapa siswa sudah menunggu di lapangan dan yang lainnya masih ada diruangan atau di dalam kelas sambil istirahat. karena pelajaran penjas dilakukan setelah waktu Upacara Bendera. Guru meniup peluit kemudian memerintahkan siswa untuk berbaris dan siswa yg masih didalam kelas untuk segera hadir kelapangan. Setelah semuanya siap guru merapikan barisan lalu menyuruh siswa untuk duduk.

Kemudian guru memimpin berdoa “ sebelum memulai kegiatan olahraga hari ini marilah kita berdoa menurut agama masing-masing, berdoa di mulai”suasana hening sesaat. setelah berdoa guru melakukan presensi terhadap siswa. lalu guru bertanya

kepada siswa “ apa saja teknik dasar Passing bawah bola voli yang kalian ketahui?” siswa ada yang menjawab smash, bendungan tau block dan service. .kemudian guru menambahkan bahwa ada satu teknik dasar yang harus kalian pelajari yaitu passing bawah bola voli dengan media bola sebenarnya. Dan setelah itu guru coba menjelaskan gerak dasar passing bawah dengan media bola karet. lalu guru menjelaskan.

Siswa terlihat antusias setelah guru memperlihatkan bola karet yang menyerupai bola voli sebenarnya sehingga mereka tertarik menggunakannya. Tetapi sebelum menggunakannya siswa melakukan pemanasan dengan permainan passing bola yang mengarah ke gerakan passing bola voli. permainannya sama seperti passing bola pada umumnya, jenis bola voli yang digunakan untuk melempar siswa lain yang bermain, bagi siswa yang terkena lemparan bola karet maka siswa tersebut jaga. Setelah pemanasan guru kembali mem bariskan siswa setelah itu guru meminta siswa untuk mengikuti gerakan passing bawah dengan menggunakan hitungan.

setelah melakukan gerakan passing bawah guru menjelaskan perbedaan bola voli sebenarnya dengan media bola karet agar siswa dapat mudah melakukan gerakan passing bawah. Setelah itu guru bertanya kepada siswa “ada yang tidak di mengerti?” seluruh siswa diam, lalu guru bertanya kembali “baik kalau begitu, semuanya mengerti?” siswa menjawab “mengerti” kemudian seluruh siswa melakukan passing bawah dengan aba-aba berada di Guru, Guru berkeliling untuk mengoreksi gerakan siswa apa bila ada siswa yang gerakaknya keliru.

Tanggapan Pengamat :

Pada pertemuan pertama ini berdasarkan data yang dimiliki oleh kolaborator dengan menggunakan instrumen yang digunakan, siswa sudah mulai mengerti konsep gerakan passing bawah dari gerakan persiapan, perkenaan, akhiran atau lanjutan, Beberapa siswa sudah terlihat bisa melakukan passing bawah bola voli Jadi kolaborator memberikan saran kepada peneliti untuk melanjutkan ke pertemuan selanjutnya guna memperbaiki gerakan dasar tersebut dan lebih detail lagi menjelaskan dan menerapkan passing bawah.

Lampiran 7

Catatan Pembelajaran 2

Ruangan : Lapangan olahraga SMP Negeri 2 Balaraja.

Hari/Tanggal : Senin, 11 Januari 2015

Jam : 08.30 – 10.40

Pada pukul 08.30 guru memasuki lapangan, beberapa siswa sudah menunggu di lapangan dan yang lainnya masih ada diruangan atau di dalam kelas sambil istirahat. karena pelajaran penjas dilakukan setelah waktu Upacara Bendera. Guru meniup peluit kemudian memerintahkan siswa untuk berbaris dan siswa yg masih didalam kelas untuk segera hadir kelapangan. Setelah semuanya siap guru merapikan barisan lalu menyuruh siswa untuk duduk.

Kemudian guru memimpin berdoa “ sebelum memulai kegiatan olahraga hari ini marilah kita berdoa menurut agama masing-masing, berdoa di mulai”suasana hening sesaat. setelah berdoa guru melakukan presensi terhadap siswa. lalu guru bertanya kepada siswa mengenai pertemua sebelumnya “ apa yang kalian ingat dari pertemuan minggu lalu?” siswa ada yang menjawab persiapan passing, cara perkenaan. Lalu guru bertanya kembali nama passing bawah yang diajarkan minggu lalu kemudian beberapa siswa kompak menjawab “bawah”. Dan setelah itu guru coba menjelaskan kembali gerak dasar passing bawahdalam permainan bola voli .

Siswa terlihat antusias setelah guru memperlihatkan bola karet sehingga mereka tertarik menggunakannya. Tetapi sebelum menggunakannya siswa melakukan pemanasan dengan permainan passing bola yang mengarah ke gerakan passing bawah bola voli. permainannya sama seperti passing bola pada umumnya, jenis bola karet yang digunakan untuk melempar siswa lain yang bermain, bagi siswa yang

terkena lemparan bola karet maka siswa tersebut jaga. Setelah pemanasan guru kembali membariskan siswa setelah itu guru meminta siswa untuk mengikuti gerakan passing bawah dengan menggunakan hitungan.

Setelah melakukan gerakan passing bawah bola voli sebenarnya guru menjelaskan passing bawah melalui media bola karet bayangan. Setelah itu guru bertanya kepada siswa “ada yang tidak di mengerti?” seluruh siswa diam, lalu guru bertanya kembali “baik kalau begitu, semuanya mengerti?” siswa menjawab “mengerti” kemudian seluruh siswa melakukan passing bawah bayangan dengan menggunakan hitungan. Guru berkeliling untuk mengoreksi gerakan siswa apa bila ada siswa yang gerakannya keliru.

Di akhir pembelajaran setelah materi seluruhnya sudah di berikan, guru melakukan tes untuk siklus 1.

Tanggapan Pengamat :

Pada pertemuan kedua ini berdasarkan data yang dimiliki oleh kolabolator dengan menggunakan instrumen yang digunakan sudah terdapat peningkatan kemampuan passing bawah melalui . Karena siswa sudah mulai mengerti gerakan passing bawah bola voli. Jadi kolabolator memberikan saran kepada peneliti untuk mengambil data pada siklus I pada akhir pembelajaran.

Lampiran 8

Catatan Pembelajaran 3

Ruangan : Lapangan olahraga SMP Negeri 2 Balaraja

Hari/Tanggal : Senen, 18 Januari 2016

Jam : 08.30 – 10.40

Pada pukul 08.30 guru memasuki lapangan, beberapa siswa sudah menunggu di lapangan dan yang lainnya masih ada diruangan atau di dalam kelas sambil istirahat. karena pelajaran penjas dilakukan setelah waktu Upacara Bendera. Guru meniup peluit kemudian memerintahkan siswa untuk berbaris dan siswa yg masih didalam kelas

untuk segera hadir kelapangan. Setelah semuanya siap guru merapikan barisan lalu menyuruh siswa untuk duduk.

Kemudian guru memimpin berdoa “ sebelum memulai kegiatan olahraga hari ini marilah kita berdoa menurut agama masing-masing, berdoa di mulai”suasana hening sesaat. setelah berdoa guru melakukan presensi terhadap siswa. lalu guru bertanya kepada siswa mengenai pertemuan sebelumnya “ apa yang kalian ingat dari pertemuan minggu lalu?” siswa ada yang menjawab persiapan passing, cara perkenaan. Lalu guru bertanya kembali nama passing bawah yang diajarkan minggu lalu kemudian beberapa siswa kompak menjawab “bawah”. Dan setelah itu guru coba menjelaskan kembali gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli .

Siswa terlihat antusias setelah guru memperlihatkan bola karet sehingga mereka tertarik menggunakannya. Tetapi sebelum menggunakannya siswa melakukan pemanasan dengan permainan passing bola yang mengarah ke gerakan passing bawah bola voli. permainannya sama seperti passing bola pada umumnya, jenis bola karet yang digunakan untuk melempar siswa lain yang bermain, bagi siswa yang terkena lemparan bola karet maka siswa tersebut jaga. Setelah pemanasan guru kembali mem bariskan siswa setelah itu guru meminta siswa untuk mengikuti gerakan passing bawah dengan menggunakan hitungan.

setelah melakukan gerakan passing bawah bola voli sebenarnya guru menjelaskan passing bawah bola karet secara berpasangan. Setelah itu guru bertanya kepada siswa “ada yang tidak di mengerti?” seluruh siswa diam, lalu guru bertanya kembali “baik kalau begitu, semuanya mengerti?” siswa menjawab “mengerti” kemudian seluruh siswa berpasangan dan mulai melakukan passing bawah bola karet dan

passing secara bersama-sama. Guru berkeliling untuk mengoreksi gerakan siswa apa bila ada siswa yang gerakaknya keliru. Terutama pada siswa yang nilainya belum mencapai KKM.

Tanggapan Pengamat :

Pada pertemuan ketiga ini berdasarkan data yang dimiliki oleh kolabolator dengan menggunakan instrumen yang digunakan masih terdapat siswa nilainya belum mencapai KKM passingnya sudah mulai benar walaupun perkenaanya masih sangat pelan sehingga gerakan lanjutan pada kaki menjadi terputus atau bahkan kaki blm melangkah ke depan. Jadi kolabolator memberikan saran kepada peneliti untuk melanjutkan ke pertemuan selanjutnya guna memperbaiki gerakan dasar tersebut.

Lampiran 9

Catatan Pembelajaran 4

Ruangan : Lapangan olahraga SMP Negeri 2 Balaraja.

Hari/Tanggal : Senin 25 Januari 2016

Jam : 08.30 – 10.40

Pada pukul 08.30 guru memasuki lapangan, beberapa siswa sudah menunggu di lapangan dan yang lainnya masih ada diruangan atau di dalam kelas sambil istirahat. karena pelajaran penjas dilakukan setelah waktu Upacara Bendera. Guru meniup peluit kemudian memerintahkan siswa untuk berbaris dan siswa yg masih didalam kelas untuk segera hadir kelapangan. Setelah semuanya siap guru merapikan barisan lalu menyuruh siswa untuk duduk.

Kemudian guru memimpin berdoa “ sebelum memulai kegiatan olahraga hari ini marilah kita berdoa menurut agama masing-masing, berdoa di mulai”suasana hening sesaat. setelah berdoa guru melakukan presensi terhadap siswa. lalu guru bertanya kepada siswa mengenai pertemuan sebelumnya “ apa yang kalian ingat dari pertemuan minggu lalu?” siswa ada yang menjawab persiapan passing, cara perkenaan. Lalu guru bertanya kembali nama passing bawah yang diajarkan minggu lalu kemudian beberapa

siswa kompak menjawab “bawah”. Dan setelah itu guru coba menjelaskan kembali gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli secara berulang-ulang .

Siswa mulai terbiasa menggunakan bola karet. Sehingga ingin sekali menggunakan bola voli sebenarnya dalam pembelajaran. Tetapi sebelum menggunakannya siswa melakukan pemanasan dengan permainan lempar bola yang mengarah ke gerakan passing bawah bola voli. permainannya sama seperti lempar bola pada umumnya, jenis bola karet yang digunakan untuk melempar siswa lain yang bermain, bagi siswa yang terkena lemparan bola karet maka siswa tersebut jaga. Setelah pemanasan guru kembali membariskan siswa setelah itu guru meminta siswa untuk mengikuti gerakan passing bawah bola voli dengan menggunakan hitungan.

setelah melakukan gerakan passing menjelaskan passing bawah secara memantulkan bola ke ubin/lantai lapangan bola voli yang datar agar tercapai gerakan yang lebih baik. Setelah itu guru bertanya kepada siswa “ada yang tidak di mengerti?” seluruh siswa diam, lalu guru bertanya kembali “baik kalau begitu, semuanya mengerti?” siswa menjawab “mengerti” kemudian seluruh siswa berpasangan dan mulai memantulkan bola karet ke lantai/ubin lapangan bola voli yang sebenarnya dan melakukan gerakan passing bawah secara bersama-sama. Guru berkeliling untuk mengoreksi gerakan siswa apa bila ada siswa yang gerakaknya keliru dan fokus lebih terarah kepada siswa yang belum mencapai nilai KKM tetapi tanpa melupakan siswa yang lainnya untuk dapat perhatian.

Di akhir pembelajaran setelah materi seluruhnya sudah di berikan, guru melakukan tes untuk siklus 2.

Tanggapan Pengamat :

Pada pertemuan ke empat ini berdasarkan data yang dimiliki oleh kolabulator dengan menggunakan instrumen yang digunakan siswa sudah cukup menguasai passing bawah bola voli melalui media bola karet . Kolabor dan peneliti sepakat untuk menghentikan penelitian ini pada siklus ke II karena kolabor dan peneliti sepakat menyimpulkan telah terjadi peningkatan keberhasilan siswa secara optimal dengan melalui pembelajaran menggunakan media bola karet.

Lampiran 10

Kisi-kisi penilaian Passing bawah bola voli

Berilah tanda (√) pada kolom nilai dibawah ini


Nama Siswa :


Nama Sekolah :

Jenis kelamin :

Tanggal :

| Unsur gerak | Uraian Gerakan | Penilaian | | |
|---|---|-----------|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 |
| Posisi Awal (sikap persiapan)  | A. Pandangan <ul style="list-style-type: none">Pandangan kedepan arah bola B. Sikap Tangan <ul style="list-style-type: none">Kedua lengan dirapatkan lurus membentuk landasan dan kedua ibu jari sejajar C. Sikap Badan <ul style="list-style-type: none">Posisi badan ditahan agak rendah dan kedua lutut ditekuk D. Tungkai / Kaki <ul style="list-style-type: none">Posisi kaki dibuka selebar bahu dengan menekuk kedua lutut | | | |
| Jumlah skor maksimal : 12 | | | | |

| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| <p>Gerakan Pelaksanaan</p>  | <p>A. Pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperhatikan bola saat menyentuh lengan <p>B. Sikap Tangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kedua lengan dan ibu jari tetap tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola <p>C. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi berat badan di alihkan ke depan <p>D, Tungkai</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaki bergerak ke arah datangnya bola dengan mengulurkan lutut yang ditebuk | | | |
| <p>Jumlah skor maksimal : 9</p> | | | | |

| | | | | |
|---|---|----|--|--|
| <p>Gerakan Akhir</p>  | <p>A. Pandangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperhatikan bola bergerak ke arah sasaran <p>B. Sikap Tangan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi lengan mengikuti bola ke sasaran dan lengan sejajar dengan bahu <p>C. Sikap badan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi berat badan dipindahkan ke sasaran <p>D. Tungkai</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaki melangkah kedepan tetap merenggang | | | |
| <p>Jumlah skor maksimal :</p> | | 12 | | |
| <p>Jumlah total skor siswa atau jumlah siswa</p> | | 39 | | |

Norma-Norma Penilaian Test Passing Bawah Bola Voli Kelas 8 d SMP Negeri 2

Balaraja

Persiapan

Sikap Pandangan :

Skor 3 = Pandangan kedepan arah bola

Skor 2 = pandangan kearah samping

Skor 1 = pandangan kearah bawah lapangan

Sikap Lengan :

Skor 3 = Kedua lengan dirapatkan lurus membentuk landasan dan memgenggam kedua tangan dengan kedua ibu jari sejajar

Skor 2 = Kedua lengan dirapatkan membentuk sudut landasan, menggemgam kedua tangan, kedua ibu jari sejajar.

Skor 1 = Kedua lengan dirapatkan tidak membentuk landasan, tidak memegang kedua tangan, kedua ibu jari tidak sejajar.

Sikap badan :

Skor 3 = saat bola dilambungkan, berat badan kearah depan dan pandangan kearah bola.

Skor 2 = saat bola dilambungkan, berat badan kearah depan, dan pandangan tidak kearah bola.

Skor 1 = saat bola dilambungkan, berat badan tidak kearah depan, dan pandangan tidak kearah bola.

Sikap Kaki :

Skor 3 = posisi kaki bergerak kearah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tidak tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Skor 2 = posisi kaki tidak bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tetap tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Skor 1 = posisi kaki tidak bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tidak tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Pelaksanaan

Sikap Lengan :

Skor 3 = Kedua lengan dirapatkan lurus membentuk landasan dan memgemgam kedua tangan dengan kedua ibu jari sejajar

Skor 2 = Kedua lengan dirapatkan membentuk sudut landasan, menggemgam kedua tangan, kedua ibu jari sejajar.

Skor 1 = Kedua lengan dirapatkan tidak membentuk landasan, tidak memegang kedua tangan, kedua ibu jari tidak sejajar.

Sikap badan :

Skor 3 = saat bola dilambungkan, berat badan ke arah depan dan pandangan ke arah bola.

Skor 2 = saat bola dilambungkan, berat badan ke arah depan, dan pandangan tidak ke arah bola.

Skor 1 = saat bola dilambungkan, berat badan tidak ke arah depan, dan pandangan tidak ke arah bola.

Sikap Kaki :

Skor 3 = posisi kaki bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tidak tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Skor 2 = posisi kaki tidak bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tetap tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Skor 1 = posisi kaki tidak bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tidak tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Akhiran (gerakan lanjutan)

Sikap Lengan :

Skor 3 = Kedua lengan dirapatkan lurus membentuk landasan dan memgemgam kedua tangan dengan kedua ibu jari sejajar

Skor 2 = Kedua lengan dirapatkan membentuk sudut landasan, menggemgam kedua tangan, kedua ibu jari sejajar.

Skor 1 = Kedua lengan dirapatkan tidak membentuk landasan, tidak mememang kedua tangan, kedua ibu jari tidak sejajar.

Sikap badan :

Skor 3 = saat bola dilambungkan, berat badan ke arah depan dan pandangan ke arah bola.

Skor 2 = saat bola dilambungkan, berat badan ke arah depan, dan pandangan tidak ke arah bola.

Skor 1 = saat bola dilambungkan, berat badan tidak ke arah depan, dan pandangan tidak ke arah bola.

Sikap Kaki :

Skor 3 = posisi kaki bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tidak tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Skor 2 = posisi kaki tidak bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tetap tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.

Skor 1 = posisi kaki tidak bergerak ke arah datangnya bola, kedua lengan dan ibu jari tidak tergemgam lurus pada saat bersentuhan dengan bola.