



**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING ATAS MELALUI
MEDIA DINDING PADA SISWA KELAS XI IPA 2
SMA PLUS NEGERI 7 KOTA BENGKULU**

SKRIPSI

Oleh :

WIDANIATI
NPM. A1H010054

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU**

2014

MOTTO

- ❖ Jadilah orang baik, baik di dunia maupun diakhirat.
- ❖ Selama kita masih hidup berdampingan dengan orang lain, manfaatkanlah kesempatan itu untuk kita menjadi orang yang baik.
- ❖ Jangan pernah takut untuk melangkah kedepan, walaupun kita tidak tahu apa yang ada di depan kita. Karena itu lebih baik daripada kita tetap diam ditempat.
- ❖ Perjuangan, butuh waktu untuk mencapai apa yang ingin kita raih. Semangat, keyakinan, dan do'a. Perjuangan tanpa do'a itu sombong bagi Allah.
- ❖ "Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan maka apabila engkau telah selesai dari suatu urusan tetaplah bekerja keras untuk urusan yang lain dan hanya kepada Tuhan-Mu lah engkau berharap (Q.S AL-INSYIRAH 6-8)"

Persembahan dari Widaniati

Karya ini kupersembahkan untuk :

- Kedua orang tua ku tercinta (Bapak Tamidi dan Ibu Mariati), yang selalu memberikan semangat, motivasi, yang tidak pernah lelah bekerja agar aku bisa menyelesaikan kuliah S1, dan yang selalu mendo'akan dan selalu menasehati ku untuk kesuksesan ku. Sebagai wujud bakti ku atas setiap tetesan keringatmu. Semoga ini menjadi langkah awal membuat Bapak, Ibu bahagia. Harapan ku begitu besar untuk membahagiakan kalian.
- Buat adik-adik ku Dina Puspa Sari dan adek Miani Tri Putri terimah kasih atas dukungannya, atas do'a nya, semoga kita selalu senantiasa diberikan kesuksesan, semangat yang besar dalam menggapai cita-cita, dan menjadi kebanggaan Bapak dan Ibu tercinta. Maaf kakak belum bisa menjadi panutan yang seutuhnya, tapi kakak akan selalu berusaha menjadi kakak yang terbaik untuk kalian.
- B I L ' jelek sayang (Andryan Fajar) terimah kasih atas kasih sayang bil, perhatian dan kesabaran kamu yang telah memberikan semangat dan inspirasi dalam menyelesaikan skripsi ini. Jarak bukanlah suatu penghalang untuk kita tetap saling mendukung, dan percaya satu sama lainnya. Terimah kasih bil jelek sayangku.
- Sanak keluarga yang telah memberikan dukungan dan mendo'akan untuk kesuksesan ku, terimah kasih.
- Teman-teman seperjuangan ku, yang selalu setia dan sabar memberikan masukan, bantuan, semangat dalam penyelesaian skripsi demi tercapainya cita-cita. Serta semua pihak yang telah membantu selama penyelesaian skripsi ini.
- Almamater kebanggaanku.

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

NAMA : WIDANIATI
NPM : A1H010054
PROGRAM STUDI : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
FAKULTAS : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas
Bengkulu
JUDUL PENELITIAN : Peningkatan Pembelajaran Passing Atas Melalui
Media Dinding Pada Siswa Kelas XI IPA 2 SMA
PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang telah dipublikasikan atau ditulis orang lain atau dipergunakan dan diterima sebagai prasyarat penyelesaian studi pada universitas atau institut lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang telah dinyatakan dalam skripsi ini.

Bengkulu, Mei 2014
Yang menyatakan



Widaniati
NPM. A1H010054

ABSTRAK

WIDANIATI : Peningkatan Pembelajaran Passing Atas Melalui Media Dinding Pada Siswa Kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu. Skripsi. Bengkulu : Program Sarjana, Universitas Bengkulu, 2014.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang terdiri dari empat langkah penelitian yaitu : perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah melalui media dinding dapat meningkatkan pembelajaran passing atas dalam permainan bola voli serta apa saja yang mempengaruhi perubahan peningkatan dalam pembelajaran passing atas pada siswa kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu. Adapun subjek penelitian ini adalah kelas XI IPA 2 yang berjumlah 34 siswa, 24 siswa putri dan 10 siswa putra. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes passing atas kedinding dan lembar observasi guru dan lembar observasi siswa. Penelitian ini dilakukan dilakukan dalam 2 siklus dan tes evaluasi siswa dilakukan di tiap-tiap akhir siklus. Hasil penelitian ini dapat dilihat dari nilai rata-rata tes kemampuan passing atas pada prasiklus 18 siswa dengan persentase 52.94%, pada siklus 1 menjadi 22 siswa dengan persentase 67.70% dan pada siklus 2 menjadi 27 siswa dengan persentase 79.41%. Maka dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan media dinding sangat efektif dalam meningkatkan pembelajaran passing atas dalam materi bola voli serta mampu menumbuhkan kegembiraan dan percaya diri pada siswa serta memotivasi siswa dalam proses pembelajaran.

Kata Kunci : Passing Atas, Media Dinding, Bola Voli.

ABSTRACT

WIDANIATI: Improving Upper Passing Practice Trough Wall Media on Students of XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Bengkulu. Thesis. Bengkulu: Degree Program, Bengkulu University, 2014.

This research is a classroom action research that consists of four steps: planning, implementation, observation, and reflection. The purpose of this research was to know that wall media can improve upper passing practice in volleyball games and the factors that affect the practice improvement of upper passing on students of XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Bengkulu. The subject of this research was class XI IPA 2, consists of 24 female students and 10 male students. The instruments that used in this research were test of upper passing to the wall, teacher's observation sheet, and student's observation sheet. This research was conducted in two cycles and student evaluation tests conducted at the end of each cycle. The results of this research can be seen from the average value of upper passing test on pre-cycle 18 students with a percentage of 52.94%, in cycle 1 to 22 students with a percentage of 67.70% and in cycle 2 to 27 students with a percentage of 79.41%. From these results it can be concluded that the use of wall media are very effective in improving the upper passing practice in volleyball material and it can bring up the excitement and self-confidence in students and motivate them in the learning process.

Key Words: Upper Passing, Wall Media, Volleyball.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, yang melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian Tindakan Kelas yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Passing Atas Melalui Media Dinding Pada Siswa Kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu”, merupakan salah satu syarat untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana kependidikan.

Skripsi ini dibuat untuk menjelaskan mengenai perencanaan dan dasar-dasar teori penelitian dalam meningkatkan pembelajaran passing atas pada permainan bola voli di SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.

Peneliti menyadari sepenuhnya, terselesainya skripsi ini berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Penelitian ini dapat terwujud dan diselesaikan dengan baik tidak terlepas dari bantuan, dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti pada kesempatan ini mengucapkan terima kasih yang setulusnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Rambat Nur Sasongko, M. Pd selaku Dekan FKIP Universitas Bengkulu, yang telah memberikan bantuan dan motivasi, serta memberikan izin untuk melakukan penelitian.
2. Drs. H. Tono Sugihartono, M. Pd selaku ketua Program Studi Penjaskes FKIP Universitas Bengkulu, yang telah memberikan dukungan dan kemudahan bagi peneliti dalam melakukan penelitian.

3. Drs. Ari Sutisyana, M.Pd selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan dan petunjuk kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Syafrial, M.Kes selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan meluangkan waktu untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Hj. Nismah, M.Pd selaku kepala sekolah yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.
6. Samsuari, S.Pd selaku Guru Olahraga SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu, yang sangat membantu dalam melakukan penelitian dan menyelesaikan penelitian ini.
7. Siswa Siswi SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu khususnya kelas XI IPA 2, yang telah berpartisipasi dengan baik dalam penelitian ini.
8. Orang tuaku Tamidi dan Mariati yang selalu memberikan doa yang tiada henti serta dukungan moril maupun materi bisa menyelesaikan kuliah S-1.
9. Kedua adikku (Dina Puspa Sari, Miani Tri Putri)yang selalu memberikan doa dan support dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Rekan-rekan Mahasiswa Program Studi Penjaskes angkatan 2010 “Ahyar, Defliyanto, Fachrurrozy, Rahmat Widodo, Setra Anggoro, Samuel, Nadya Meshalindri, Dewa Prabowo, Bobby MS, Doni Vernando, Doni Ashandika, Andi Rudianto, dan tidak bisa sebutkan

satu persatu” dan seluruh mahasiswa penjaskes yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk peneliti menyelesaikan skripsi.

11. Dan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang mendukung dari berbagai pihak sangat diharapkan guna penyempurnaan di masa yang akan datang. Semoga semua yang peneliti uraikan dalam skripsi ini dapat menjadi inspirasi dan ide untuk melakukan penelitian lebih lanjut ke arah kesempurnaan dimasa yang akan datang dan memberi manfaat terhadap perkembangan dan kemajuan pendidikan. Mudah-mudahan kita semua selalu mendapatkan perlindungan dan hidayah dari Allah SWT untuk menjalankan aktifitas hidup di dunia ini yang lebih baik. Amin.....

Bengkulu, Mei 2014

Widaniati

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	-
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	6
1. Sejarah Permainan Bola Voli	6
2. Perkembangan Bola Voli.....	6
3. Hakikat Permainan Bola Voli.....	10
4. Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	12
5. Passing Atas	19
6. Teori Passing Atas Ke Dinding.....	22
7. Teori Pembelajaran.....	23
8. Karakteristik Siswa.....	23
B. Kajian Relevan	25
C. Kerangka Berpikir	26
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Desain Penelitian	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
C. Subyek Penelitian	28
D. Prosedur Penelitian	28
E. Teknik Pengumpulan Data	31
F. Instrumen Pengumpulan Data	36

G. Teknik Analisis Data.....	38
H. Indikator Keberhasilan	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	40
1. Deskripsi Data Pra-Siklus	41
2. Deskripsi Data Siklus 1	42
3. Deskripsi Data Siklus 2	54
B. Pembahasan	69
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	73
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	76

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan merupakan suatu hal yang paling mengasikkan bagi setiap individu, anak, yang masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Dalam permainan banyak manfaatnya yang di dapatkan bagi tubuh, maupun kesehatan karena akan berhubungan dengan salah satu permainan yang sangat digemari yaitu permainan bola voli. Permainan Bola Voli akan mudah apabila siswa mampu menguasai teknik-teknik dalam permainan bola voli.

Perhatian pada salah satu teknik dasar yang perlu mendapat penekanan guru pada permainan bola voli adalah teknik dasar *passing* atas. Adapun teknik *passing* terdiri dari *passing* bawah dan *passing* atas. Pada pengajaran bola voli di sekolah menengah atas latihan teknik *passing* atas lebih banyak diberikan kepada siswa selain latihan *passing* bawah, dengan tujuan penguasaan siswa terhadap *passing* atas tentu harus lebih baik. Misalnya siswa wajib menguasai teknik *passing* atas dengan jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk seperti mangkuk hampir saling berhadapan, sebelum menyentuh bola lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada dimuka setinggi hidung. Sehingga bola terarah tepat sasaran. Dalam melakukan gerakan dan teknik siswa harus memiliki kemampuan gerak yang cepat dan eksplosif.

Di SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu tidak terlalu banyak siswanya sebagai atlet, kebanyakan siswanya merupakan siswa yang berprestasi dibidang SAINS. Dalam mata pelajaran Penjaskes, siswa kurang menguasai berbagai permainan. Terutama di kelas XI IPA 2. Berdasarkan hasil pengamatan dalam materi permainan bola voli bahwa di kelas tersebut banyak di kalangan siswa belum memahami dan menguasai teknik dasar permainan bola voli terutama dalam melakukan *passing* atas yang belum tepat, disamping itu siswa kurang termotivasi dengan metode mengajar yang di gunakan oleh guru, dengan kata lain dalam memberikan pelajaran guru kurang bervariasi dan kurang terorganisir dengan baik. Kurangnya keterampilan siswa pada teknik *passing* atas, sehingga belum mampu melakukan permainan bola voli dengan baik.

Bila dicermati apa yang di kemukakan sebelumnya bahwa teknik *passing* atas merupakan teknik yang mendasar di samping teknik-teknik yang lain, atau teknik *passing* atas bisa dikatakan lebih menonjol. Sukintaka.dkk (1979) *passing* atas merupakan elemen yang penting dalam permainan bola voli, penguasaan teknik *passing* atas yang baik akan menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik.

Dalam hal ini, suatu tantangan bagi guru penjaskes yang harus dijawab melalui perbuatan yang nyata. Perbuatan yang nyata disini dimaksudkan harus terlahir baik dalam aktivitas pengajaran maupun dalam upaya perencanaan, pengembangan, dan mengevaluasi pengajaran itu sendiri.

Dari penjelasan di atas, maka penulis akan melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “Peningkatan Pembelajaran *Passing* Atas Melalui Media Dinding Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu”.

B. Identifikasi Masalah

Dengan adanya kesulitan dalam teknik permainan bola voli maka siswa perlu mempelajari dan melaksanakan untuk mencapai kemampuan maupun keterampilan dalam permainan bola voli. Adapun permasalahan yang muncul di lapangan adalah sebagai berikut :

1. Banyak di kalangan siswa yang belum memahami dan menguasai teknik *passing*, khususnya pada teknik *passing* atas dengan baik.
2. Metode pembelajaran *passing* atas yang kurang efektif.
3. Kurangnya keterampilan siswa pada teknik *passing* atas, sehingga belum mampu melakukan permainan bola voli.
4. Media kedinding, upaya peningkatan pembelajaran *passing* atas.
5. Pengaplikasian antara gerakan *passing* atas dengan menggunakan media pembelajaran.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka penelitian ini hanya menitikberatkan pada teknik *passing* atas melalui media kedinding untuk peningkatan pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah dengan menggunakan media kedinding dapat meningkatkan pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah : Untuk mengetahui apakah dengan menggunakan media kedinding dapat meningkatkan pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini berharap dapat bermanfaat bagi peneliti, siswa, Guru, maupun Sekolah.

1. Bagi Peneliti, yaitu untuk mengetahui secara langsung upaya peningkatan pembelajaran *passing* atas melalui media dinding.
2. Manfaat Bagi Siswa
 - a. Siswa dapat melakukan *passing* atas dengan baik dan benar.
 - b. Dapat memberi wawasan siswa terhadap suatu permainan, terutama permainan bola voli.
 - c. Dalam pembelajaran siswa dapat menumbuhkan motivasi untuk meningkatkan permainan bola voli terutama *passing* atas.
3. Manfaat Bagi Guru

- a. Membantu guru meningkatkan keterampilan mengajar pelajaran terutama bola voli khususnya di kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.
- b. Guru dapat mengetahui kendala-kendala siswa dalam melakukan permainan bola voli.
- c. Dapat meningkatkan tenaga profesional sebagai seorang Guru.
- d. Dapat memupuk rasa tanggung jawab guru dalam mengajar.
- e. Guru dapat mengatasi masalah yang muncul dikelasnya.
- f. Agar dapat melibatkan secara langsung peserta didik di dalam proses pembelajaran.

4. Bagi Sekolah

- a. Meningkatkan kualitas pembelajaran penjasokes di kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Sejarah Permainan Bola Voli

Permainan bola voli diciptakan oleh William B Morgan pada tahun 1895 di Holyoke (Amerika bagian timur). William B Morgan adalah seorang pembina pendidikan jasmani pada Young Men Christain Association (MCA). Permainan bola voli di Amerika sangat cepat perkembangannya, sehingga tahun 1933 YMCA mengadakan kejuaraan bola voli nasional. Kemudian permainan bola voli ini menyebar ke seluruh dunia. Pada tahun 1974 pertama kali bola voli dipertandingkan di Polandia dengan peserta yang cukup banyak. Maka pada tahun 1984 didirikan Federasi Bola Voli Internasional atau Internationnal Voli Ball Federation (IVBF) yang waktu itu beranggotakan 15 negara dan berkedudukan di Paris. Permainan bola voli sangat cepat perkembangannya, antar lain disebabkan oleh :

- a. Permainan bola voli tidak memerlukan lapangan yang luas.
- b. Mudah dimainkan.
- c. Alat-alat yang digunakan untuk bermain sangat sederhana.
- d. Permainan ini sangat menyenangkan.
- e. Kemungkinan terjadinya kecelakaan sangat kecil.
- f. Dapat dimainkan di alam bebas maupun di ruang tertutup.

g. Dapat di mainkan banyak orang

Permainan bola voli masuk ke Indonesia pada waktu penjajahan Belanda (sesudah tahun 1928). Perkembangan permainan bola voli di Indonesia sangat cepat. Hal ini terbukti pada Pekan Olahraga Nasional (PON) ke-2 tahun 1952 di Jakarta. Sampai sekarang permainan bola voli termasuk salah satu cabang olahraga yang resmi dipertandingkan.

Pada tahun 1955 tepatnya tanggal 22 Januari didirikan Organisasi Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) dengan ketuanya W. J. Latumenten. Setelah adanya induk organisasi bola voli ini, maka pada tanggal 28 sampai 30 Mei 1955 diadakan kongres dan kejuaraan nasional yang pertama di Jakarta.

Dengan melihat perkembangan permainan bola voli yang begitu pesat sangatlah tepat bila pemerintah memilih permainan bola voli sebagai olahraga pendidikan di sekolah-sekolah. Hanya pada umumnya permainan bola voli sedikit mengalami kesulitan di dalam memperkenalkan pada anak-anak didik. Kesulitan ini terletak pada gerakan dasar permainan bola voli .

2. Perkembangan Bola Voli

Permainan bola voli sudah dikenal sejak abad pertengahan, terutama di negara-negara Eropa. Dari Italia permainan ini diperkenalkan di Jerman dengan nama "Faustball" pada tahun 1893. Dua tahun kemudian, yakni pada tahun 1895 William G. Morgan seorang guru Pendidikan Jerman pada

Young Man Christian Association (YMCA) di kota Holyoko, negara bagian Massachusetts, mencoba permainan semacamnya.

Di Indonesia cabang olahraga bola voli sudah dikenal sejak masa kolonial Hindia Belanda, tepatnya tahun 1982. Yang membawa ke Indonesia adalah para guru Pendidikan Jasmani Belanda, yang bertugas di sekolah-sekolah lanjutan (HBS dan AMS). Disamping guru-guru Pendidikan Jasmani, tentara Belanda banyak ikut andil dalam pengembangan permainan bola voli di Indonesia, terutama dengan bermain di asrama-asrama, di lapangan terbuka dan mengadakan pertandingan antar kompeni-kompeni Belanda sendiri.

Permainan bola voli secara resmi dipertandingkan dalam Pekan Olahraga Nasional II yang diselenggarakan di Jakarta pada tahun 1951. Setelah penyelenggaraan Pekan Olahraga Nasional (PON) III di Medan pada tahun 1953, pada pertandingan 1954 Pengurus Ikatan Perhimpunan Volleyball (IPVOS) di dalam rapat pengurus antara lain memutuskan untuk membentuk suatu induk organisasi bola voli di Indonesia.

Permainan bola voli di Indonesia sangat pesat diseluruh lapisan masyarakat, sehingga banyak terbentuk klub-klub bola voli di kota besar di seluruh Indonesia. Pada Tanggal 22 Januari 1955 secara resmi menjadi hari lahir Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) yang didirikan di Jakarta bersamaan dengan kejuaraan nasional yang pertama.

Kesungguhan dari pengurus PBVSI dapat dibuktikan antara lain dengan terwujudnya Kongres PBVSI yang pertama di Jakarta, diselenggarakan dari tanggal 28 Mei sampai dengan 30 Mei 1955. PBVSI sebagai induk Organisasi bola voli tertinggi di Tanah Air di sahkan oleh Komite Olimpiade Indonesia (KOI), tepatnya bulan Maret 1955. Pengesahannya dari *Internasional Volleball Federation* yang berkedudukan di Paris.

Selain itu PBVSI juga aktif dalam mengembangkan kegiatan olahraga bola voli baik didalam maupun ke luar negeri sampai sekarang. Perkembangan permainan bola voli sangat terlihat jelas saat menjelang *Asia Games IV 1962* dan *Ganefo I 1963* di Jakarta, baik pria maupun wanita.

Dalam rangka penyelenggaraan *Asia Games III* di Tokyo tahun 1958, PBVSI mengirimkan utusannya. Mereka adalah Wim J.Latumeten (Ketua PBVSI), dan Soewarno (Bendahara PBVSI). Pembicaraan dengan wakil negara peserta *Asean Games III* dan tuan rumah JVA (Japan Volleyball Association) sepakat untuk mengirimkan regu bola voli dari berbagai negara tersebut di Indonesia pada tahun 1959 sebagai "*Good Will Mission*". Dan akhirnya pada bulan Oktober 1959 sesuai dengan hasil keputusan Kongres IVBF di Budapest, PBVSI/Indonesia secara resmi dinyatakan sebagai anggota IVBF dan terdaftar sebagai Anggota Nomor 62.

Dalam sejarah perbolavolian Indonesia, untuk pertama kali PBVSI telah mengirimkan tim bola voli junior Indonesia ke kejuaraan Dunia di

Athena Yunani yang berlangsung dari tanggal 3-12 September 1989. Tim bola voli Yuniior putra Indonesia ini dilatih oleh Yano Hadian dengan dibantu oleh Trainer Kanwar, serta pelatih dari Jepang Hideto Nishioka, sedangkan pelatih fisik diserahkan kepada Engkos Kosasih dari bidang kepelatihan PKON (Pusat Kesehatan Olahraga Nasional) Kantor MENPORA.

3. Hakikat Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan olahraga yang banyak digemari dan dimainkan di Indonesia, bahkan menurut para ahli saat ini permainan bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari di Dunia.

Nuril Ahmadi (2007:20) menyatakan bahwa :

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah untuk dilakukan setiap orang, sebab dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli.

Diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif. Teknik-teknik tersebut meliputi *servis*, *passing*, *smash*, dan sebagainya. Menurut (Beutelstahl Dieter, 2011:8), “ada enam jenis teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain bola voli. Teknik dasar tersebut yaitu : *service*, *volley*, *dig*, *block*, *attack*, dan *defence*”.

Dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli. Walaupun begitu, permainan bola voli sangat cepat berkembang dan merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di Indonesia sesudah cabang olahraga sepakbola dan bulutangkis.

Bola voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu atau kelompok yang masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain. Mereka berhak melakukan *servis*, *passing* atas, *passing* bawah, *smash*, dan *block*. Peraturan PBVSI (2005) menyatakan bahwa, permainan bola voli dimainkan dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang. Tiap regu berusaha meraih point (nilai) pada tiap set yang sudah ditentukan. Untuk mendapatkan poin tidak jarang pemain (atlet) berusaha untuk mematikan bola di daerah regu lawan, apakah itu dengan *servis*, *smash*, *block*, *passing*, serta tipuan.

Permainan bola voli dimainkan pada lapangan yang berukuran panjang 18 meter, lebar 9 meter, dengan tinggi net 2,43 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk putri. Permainan ini melibatkan hampir semua bentuk gerakan yang bersifat melompat, memukul, dan gerakan eksplosif lainnya.

Dalam permainan bola voli, seorang pemain sangat dituntut untuk dapat melakukan gerakan-gerakan secara eksplosif baik dalam waktu berlari

dan pada saat melompat maupun saat memukul bola. Hal ini berkaitan dengan karakteristik cabang bola voli yang gerakannya cepat dan eksplosif.

Untuk dapat mengembangkan prestasi permainan terlebih dahulu harus menguasai teknik dasar bola voli. Penguasaan teknik permainan bola voli juga merupakan salah satu cara untuk ikut menentukan menang atau kalahnya regu dalam suatu pertandingan, disamping unsur-unsur kondisi fisik, teknik, dan mental.

4. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

a. Pengertian Teknik

Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga (khususnya cabang permainan bola voli). Teknik dikatakan baik apabila dari segi anatomis/fisiologis mekanik dan mental terpenuhi secara benar persyaratannya. Apabila diterapkan pencapaian prestasi maksimal untuk menganalisa gerakan teknik, umumnya para guru atau pelatih akan dapat mengoreksi dan memperbaiki.

b. Teknik Penguasaan Bola

Untuk dapat menguasai bola secara maksimal dan sempurna seorang pemain setidaknya harus memiliki kemampuan-kemampuan seperti mampu melakukan *passing* atas secara baik dan benar dari teknik dasar ini tidak diabaikan dan harus dilatih dengan baik,

seseorang harus mengerti dan benar-benar dapat menguasai teknik penguasaan bola dengan baik dan terus menerus. Agar dapat bermain bola voli dengan baik, seseorang harus mengerti dan benar-benar dapat menguasai teknik penguasaan bola dengan baik. Dengan menguasai teknik penguasaan bola dan latihan yang *continue* diharapkan nantinya dapat bermain bola voli secara baik dan benar.

c. *Passing* Bawah

Passing bawah biasanya dipergunakan oleh para pemain jika bola datangnya rendah, baik untuk dioperkan kepada teman seregunya maupun untuk dikembalikan ke lapangan lawan melewati atas jaring atau net.

d. *Passing* Atas

Passing atas atau *passing* tangan atas adalah cara pengambilan bola atau mengoper dari atas kepala dengan jari-jari tangan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sudut antara sikut dan badan 45 Derajat, bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan Nuril Ahmadi (2007 : 25). Gerakan *passing* bawah dan *passing* atas yang menunjukkan bahwa digunakan *passing* bawah pada saat bola yang datangnya rendah atau berada di depan dada, sedangkan *passing* atas digunakan apabila bola datangnya di atas atau melambung. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa untuk menerima bola *service* lebih

baik dan tepat menggunakan *passing* bawah dibandingkan dengan *passing* atas, karena kebanyakan bola *service* datangnya rendah dan berada di depan dada.

e. *Service* Bawah

Service bawah adalah cara melakukan pukulan permukaan dari petak *service* dengan memukul bola dengan tangan dari bawah sebagai usaha menghidupkan bola dalam permainan. Nuril Ahmadi (2007 : 20) posisi awal untuk melakukan *service* bawah adalah berdiri dengan posisi melangkah , dengan kaki depan yang berlawanan dengan tangan yang akan memukul bola. Tangan yang akan memukul bola harus lurus dan kencang, sikut jangan bengkok sampai bola terpukul.

f. *Service* Mengambang (*Float Service*)

Di sebut servis mengambang karena gerakan bola dari hasil pukulan servis tidak mengandung putaran (bola berjalan mengapung atau mengambang). Kelebihan servis mengambang adalah bola sulit diterima oleh pemain lawan karena bola tidak bergerak dalam satu lintasan turun dan kecepatan bola tidak beraturan , Nuril Ahmadi (2007:21).

g. *Service* Atas

Service atas adalah cara melakukan pukulan permukaan dari petak *service* dengan memukul bola dari atas kepala sebagai usaha menghidupkan bola ke dalam permainan. *Service* atas banyak

variasinya, bola dapat dilambungkan dengan satu tangan atau dua tangan, tinggi lambungan bola tergantung dari maksud pukulan dan kesenangan pribadi pemain. Namun pada prinsipnya harus diusahakan agar bola dilambungkan sedemikian rupa tingginya, sehingga seluruh rangkaian gerakan memukul menjadi satu gerakan yang tidak terputus-putus.

h. *Service Samping*

Service samping adalah melakukan pukulan permulaan dari daerah *service* dengan sikap berdiri menyamping dan berat badan berada di kaki kanan (bagi yang tidak kidal), telapak tangan menghadap ke atas. Adapun pelaksanaan *service* samping adalah *service* berdiri menyamping dengan tubuh bagian kiri lebih dekat dengan jaring (bagi yang tidak kidal) kedua tangan bersama-sama memegang bola. Pada saat bola akan dilambungkan, maka badan diliukkan ke belakang dan lutut ditekuk. Kedua tangan dijulurkan ke samping kanan, begitu bola lepas dari tangan, maka tangan ditarik kesamping kanan bawah, berat badan berada di kaki kanan, telapak tangan menghadap ke atas, pukulan tangan pada bola dibantu dengan liukan badan, lecutan lengan dan gerakan pergelangan tangan sehingga bola setelah dipukul melambung dengan keras dan topspin.

i. *Service* Lompat

Service lompat adalah cara melakukan pukulan permulaan di daerah *service* dengan melompat setelah bola dilambungkan dengan dua tangan, Nuril Ahmadi (2007 : 22). *Service* lompat dilakukan dengan berdiri di belakang garis belakang menghadap ke arah net, kedua lengan memegang bola, kemudian bola dilambungkan tinggi lebih kurang 3 meter agak di depan badan.

j. *Smash* (*Spike*)

Smash atau *spike* merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pukulan smash banyak macam dan variasinya. *Smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, jalannya bola menukik Nuril Ahmadi (2007 : 31). Pada teknik smash inilah letak seninya permainan bola voli , apabila pemain hendak memenangkan pertandingan maka mau tidak mau mereka harus menguasai teknik *smash*. Pemain yang pandai melakukan *smash* atau dengan istilah *spiker* harus memiliki kelincahan, daya ledak, timing yang tepat dan mempunyai kemampuan memukul bola yang sempurna. Pemain bola voli akan dapat melakukan berbagai variasi *smash* apabila pemain tersebut menguasai teknik dasar *smash* secara baik dan benar.

k. Membendung

Membendung (*Bloking*) merupakan benteng pertahanan yang pertama untuk menangkis serangan lawan, Nuril Ahmadi (2007 : 30). Keberhasilan suatu *block* relatif kecil karena arah bola *smash* yang akan di *block*, dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan *block* ditentukan oleh ketinggian loncatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan. *Block* dapat dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (saat melakukan *block* tangan di gerakkan kekanan maupun kekiri) atau juga pasif (tangan pemain hanya dijulurkan keatas tanpa digerakkan). *Block* dapat dilakukan oleh satu, dua, dan tiga pemain.

l. Perasarana Permainan Bola Voli

1) Lapangan dan Ukurannya

Lapangan permainan bola voli berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 18 m dan lebar 9 m, semua garis batas lapangan, garis tengah, garis daerah serang adalah 3 m (daerah depan). Garis batas itu diberi tanda batas dengan menggunakan tali, kayu, cat/kapur, kertas yang lebarnya tidak lebih dari 5 cm. lapangan permainan bola voli terbagi menjadi dua bagian sama besar yang masing-masing luasnya 9 x 9 meter. Di tengah lapangan dibatasi garis tengah yang membagi lapangan menjadi dua bagian sama besar. Masing-masing lapangan terdiri dari atas daerah serang dan

daerah pertahanan. Daerah serang yaitu daerah yang dibatasi oleh garis tengah lapangan dengan garis serang yang luasnya 9 x 3 meter.

2) Daerah *Service*

Daerah *service* adalah daerah selebar 9 meter di belakang setiap garis akhir. Daerah ini dibatasi oleh dua garis pendek sepanjang 15 cm yang dibuat 20 cm di belakang garis akhir, sebagai kepanjangan dari garis samping. Kedua garis pendek tersebut sudah termasuk di dalam batas daerah *service*, perpanjangan daerah *service* adalah kebelakang sampai batas akhir daerah bebas.

3) Jaring

Jaring untuk permainan bola voli berukuran tidak lebih dari 9,50 meter dan lebar tidak lebih dari 1,00 meter dengan petak-petak atau mata jaring berukuran 10 x 10 cm, tinggi net untuk putra 2,43 meter dan untuk putri 2,24 meter, tepian atas terdapat pita putih selebar 5 cm.

4) *Antene Rod*

Di dalam pertandingan permainan bola voli yang sifatnya nasional maupun internasional, di atas batas samping jaring dipasang tongkat atau rod yang menonjol ke atas setinggi 80 cm dari tepi jaring atau bibir net. Tongkat itu terbuat dari bahan fibergelas dengan ukuran panjang 180 cm dengan diberi warna kontras.

5) Bola

Bola harus bulat terbuat dari kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis. Warna bola harus satu warna atau kombinasi dari beberapa warna. Bahan kulit sintetis dan kombinasi warna pada bola dipergunakan pada pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar FIVB. Keliling bola 64 – 67 cm dan beratnya 260 – 280 grm, tekanan didalam bola harus 0,39 – 0,325 kg/cm² (4,26 – 4,61 Psi) (294,3 – 318,82 mbar/hpa).

6) Pemain

Jumlah pemain dalam lapangan permainan sebanyak 6 orang setiap regu dan ditambah 5 orang sebagai pemain cadangan dan satu orang pemain libero. Satu tim maksimal terdiri dari 12 pemain, satu coach, satu sistem coach, satu trainer, dan satu dokter medis, kecuali libero, satu dari para pemain adalah kapten tim, dia harus diberi tanda dalam score sheet. Hanya pemain terdaftar dalam score sheet dapat memasuki lapangan dan bermain dalam pertandingan. Pada saat coach dan kapten tim menandatangani scoresheet pemain yang terdaftar tidak dapat diganti.

5. *Passing Atas*

Passing atas merupakan teknik penguasaan bola yang penting untuk dipelajari. *Passing* atas adalah dapat diartikan menyajikan bola atau

mengoper bola dengan menggunakan jari tangan kepada lawan atau langsung ke lapangan lawan, di samping itu passing atas yang baik akan mempengaruhi di dalam pertandingan tetapi hal ini lebih menonjol dalam pertandingan tingkat tinggi dibandingkan pada pertandingan yang lebih rendah. Waktu melakukan passing atas harus diperhatikan beberapa hal, seperti yang dikembangkan oleh Engkos Kosasih sebagai berikut :

- a. Konsentrasi untuk melakukan passing atas.
- b. Berlatih dan menyesuaikan diri untuk menguasai bola.
- c. Lihat dan pelajari dimana tempat menempatkan bola yang tepat.
- d. Ketahui posisi lemah regu lawan.

Passing atas merupakan elemen yang penting dalam permainan bola voli. penguasaan teknik *passing* atas yang baik akan menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik, apalagi jika dilakukan secara bervariasi , maka seluruh potensi penyerangan regu dapat dimanfaatkan. Teknik ini biasanya digunakan pemain untuk bola-bola atas yang lebih efektif bila menggunakan *passing* atas, Sukintaka.dkk (1979). Ahli lain berpendapat bahwa *passing* atas merupakan penyajian bola atau membagi-bagikan bola dengan menggunakan jari-jari tangan, baik kepada kawan maupun langsung kelapangan lawan melalui atas jaring. *Passing* atas biasanya dilakukan para pemula dengan memantulkan di lantai, karena mudah diterima dan tidak disertai kekuatan atau tenaga yang besar seperti bola yang jatuh dari ketinggian. “cara melakukan *passing* atas adalah

dengan jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan, sebelum menyentuh bola lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada dimuka setinggi hidung. Sudut antara siku dan badan 45 derajat, Nuril Ahmadi (2007:25). *Passing* atas yang baik sangat menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik, apalagi jika dilakukan secara bervariasi maka seluruh potensi penyerangan regu dapat dimanfaatkan. *Passing* atas sangat efektif untuk mengambil bola-bola atas, *passing* atas ini biasanya digunakan untuk mengumpan bola ke pemain dengan posisi *smash* untuk melakukan serangan lawan. Dalam pelaksanaan *passing* atas pertama ambil posisi normal pada saat jari-jati tangan akan dikenakan bola terima dengan dua persendian teratas dari jari dan ibu jari, luruskan lengan dan kaki ke arah sasaran.

Beberapa cara di dalam melakukan *passing* atas dalam permainan bola voli, antara lain :

b. *Passing* Atas Individu

- 1) Tempatkan badan di bawah bola.
- 2) Kedua kaki dibuka, lutut ditekuk, sehingga posisi tubuh berada dalam keadaan setengah jongkok.
- 3) Siku dibengkokkan, jari-jari tengah diregangkan dan letak di depan atas dahi.
- 4) Sikap tangan seperti mangkok.

- 5) Pandangan ke arah datangnya bola.
- 6) Pada waktu bola datang, bola didorong dengan jari-jari tangan, perkenaan tangan pada bola yaitu ruas pertama dan kedua jari telunjuk sampai kelingking, sedangkan ibu jari hanya pada ruas pertama.
- 7) Untuk membantu gerakan jari-jari tangan, pergelangan tangan digerakkan ke arah depan atas.
- 8) Setelah bola lepas dari tangan, diikuti dengan gerakan anggota badan dan langkah kaki ke depan untuk menjaga keseimbangan.

6. Passing Atas Ke Dinding

Ada beberapa pendapat ahli mengenai *passing* atas ke dinding antara lain :

- 1) Theo Khelmen dan Dleler Kruber (1990 :40) menyatakan : dengan melakukan *passing* atas ke dinding berturut-turut maka akan dapat menyempurnakan kemampuan mengarahkan bola.
- 2) Bonnie Robisson (1991 : 44 - 46) mengatakan seseorang pemain harus memperdalam kekuatan tangan untuk mendorong bola ke dinding dengan jarak antara 90 – 120 cm dari dinding atau tembok. Dalam penelitian ini ditetapkan jarak seseorang yang akan melakukan *passing* atas ke dinding sebagai tempat pelaksanaan kegiatan adalah 120 cm, hal ini didasarkan atas uji coba.

7. Teori Pembelajaran

Dalam proses kegiatan belajar mengajar tenaga pendidik atau guru memiliki peran aktif dalam peningkatan kualitas belajar siswa. Baik di nilai dari cara mengajar, metode dan teknik dalam penyampaian materi yang di ajarkan. Melalui proses tersebut dengan harapan dapat meningkatkan hasil dari belajar dalam peningkatan pembelajaran *passing* atas dengan media kedinding. Untuk melakukan pembelajaran *passing* atas dalam materi bola voli, siswa dituntut untuk bergerak cepat, aktif, dan merespon kegiatan yang di ajarkan sehingga gerakan yang dilakukan terarah dan benar. Di sinilah peran aktif sebagai tenaga pendidik untuk meningkatkan kemampuan melalui pembelajaran media kedinding.

8. Karakteristik Siswa

a. Psikologi Perkembangan Masa Remaja atau Masa Pubertas(14-18;0 tahun)

Pada masa ini anak tidak lagi hanya bersifat reaktif, tetapi juga anak mulai aktif mencapai kegiatan dalam rangka menemukan dirinya (akunya), serta mencari pedoman hidup, untuk bekal kehidupannya mendatang. Kegiatan tersebut dilakukannya penuh semangat menyala-nyala tetapi ia sendiri belum memahami akan hakikat dari sesuatu yang dicarinya itu. Sehingga Ch. Buhler pernah menggambarkan dengan ungkapan “Saya menginginkan sesuatu tetapi tidak mengetahui akan sesuatu itu”. Sehingga

masa ini ada yang menyebutnya sebagai masa strumund drang (badai dan dorongan). Abu Ahmadi, Munawar Sholeh (2005:123)

1. Penemuan aku

Dalam rangka penemuan akunya itu anak mulai menyadari akan keberadaan dirinya, yang lebih dalam dibanding pada sebelumnya. Tetapi ia pun juga mulai mengetahui betapa pentingnya ia untuk ikut serta dalam kegiatan kemasyarakatan. Walaupun terasa masih belum sempurna, ia bertingkah laku ditengah masyarakat. Ia masih penuh dengan rasa kecanggungan serta tidak seimbang. Oleh karena itu anak menjadi agak bersifat tertutup, dan lebih senang mengungkap pengalamannya itu pada buku harian, senang termenung,dll.

5. Pertumbuhan pedoman kehidupan

Pada pedoman hidup, anak puber sudah mulai aktif dan menerima akan norma-norma susila (etis) juga norma agama, estetika. Tetapi bentuk pengakauannya itu masih terbatas pada kondisi dirinya. Dalam kegiatan keluar ia masih menggantungkan pada orang lain tersebut sudah mulai mengaguminya.

6. Memasukkan diri pada kegiatan kemasyarakatan

Disini anak puber mulai mengenal segala macam corak kehidupan masyarakat tetapi anak belum sempurna pengetahuannya untuk membedakan atau menyeleksinya. Semua dianggapnya sebagai suatu yang menyatu dalam satu sistem kemasyarakatan sesuai dengan

dirinya, kemudian ia pun aktif memasuki corak dan ragam kehidupan masyarakat tersebut, maka tidaklah mengherankan jika anak puber sering menampilkan sikap-sikap yang kontroversial dalam suatu masyarakat tertentu. Kegiatan-kegiatan tersebut bagi anak wanita dan pria sudah barang tentu ada perbedaan biologis dan kejiwaannya, juga karena adanya perbedaan pandangan sikap dalam hidupnya.

Perbedaan hidup tersebut dapat digambarkan :

Laki-laki	Wanita
b. Aktif memberi	a. Pasif dan menerima
c. Cenderung untuk memberikan perlindungan	b. Cenderung untuk menerima perlindungan
d. Minatnya tertuju pada hal-hal yang bersifat intelektual, abstrak	c. Minat tertuju kepada yang bersifat emosional dan konkret
e. Berusaha memutuskan sendiri dan berbicara	d. Berusaha mengikut, dan menyenangkan orang tua
f. Sifat saklijk dan objektif	e. Sikap personlijk dan subyektif

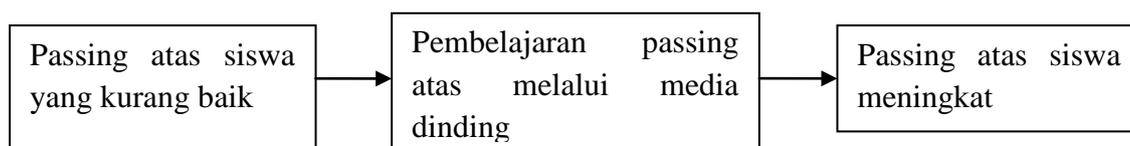
B. Kajian Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Nur Afni Suprihatin (2008) yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Berlatih dan Bermain Terhadap kemampuan Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Putri Kelas VIII SMP Negeri Boyolali Tahun Pelajaran 2007/2008”. Dari penelitian tersebut di simpulkan bahwa ada pengaruh pendekatan pembelajaran berlatih terhadap kemampuan passing atas bola voli pada siswa putri kelas VIII SMP Negeri Boyolali Tahun Pelajaran 2007/2008.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Angga Nuari (2013) yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Melalui Media Ke Dinding Pada Siswa Kelas VIII 1 SMPN 2 Kota Bengkulu”. Berdasarkan hasil penelitiannya disimpulkan bahwa metode latihan passing kedinding dapat meningkatkan kualitas pembelajaran passing bawah.

Berdasarkan beberapa penelitian yang relevan di atas menyatakan bahwa metode latihan passing kedinding dapat meningkatkan kualitas pembelajaran passing atas dalam permainan bola voli. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian untuk memperoleh data mengenai peningkatan pembelajaran passing atas melalui metode latihan passing kedinding pada siswa. Namun dalam penelitian ini, tidak memiliki kesamaan sempurna, tetapi merupakan penelitian dengan permasalahan yang identik melalui objek penelitian yang berbeda.

C. Kerangka Konseptual



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Metode adalah suatu cara yang teratur dan terpicir baik-baik untuk mencapai maksud yang memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan. Metodologi penelitian adalah suatu cara yang dipergunakan mencari kebenaran untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan. Dari penjelasan diatas metode yang akan digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK ini merupakan salah satu alternatif penelitian terapan untuk meningkatkan dan memperbaiki kinerja guru dan pembelajaran di kelas atau di lapangan. Arikunto (2007: 3) mengatakan bahwa penelitian tindakan kelas adalah suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama. Penelitian tindakan kelas adalah bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasikan kondisi praktik pembelajaran, dan belajar dari pengalaman mereka sendiri. Mereka dapat mencobakan suatu gagasan perbaikan dalam praktik pembelajaran mereka dan melihat pengaruh nyata dari upaya itu Wiriaatmadja (2006: 13) dalam Taniredja Tukiran (2011:16) .

Berdasarkan pendapat diatas maka dalam penelitian ini penulis mempunyai sasaran penelitian adalah memperbaiki proses pembelajaran pada permainan bola voli untuk meningkatkan keterampilan passing atas melalui tindakan guru dalam pembelajaran dikelas atau di lapangan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan selama dua bulan, pada semester 2 tahun 2013/2014.

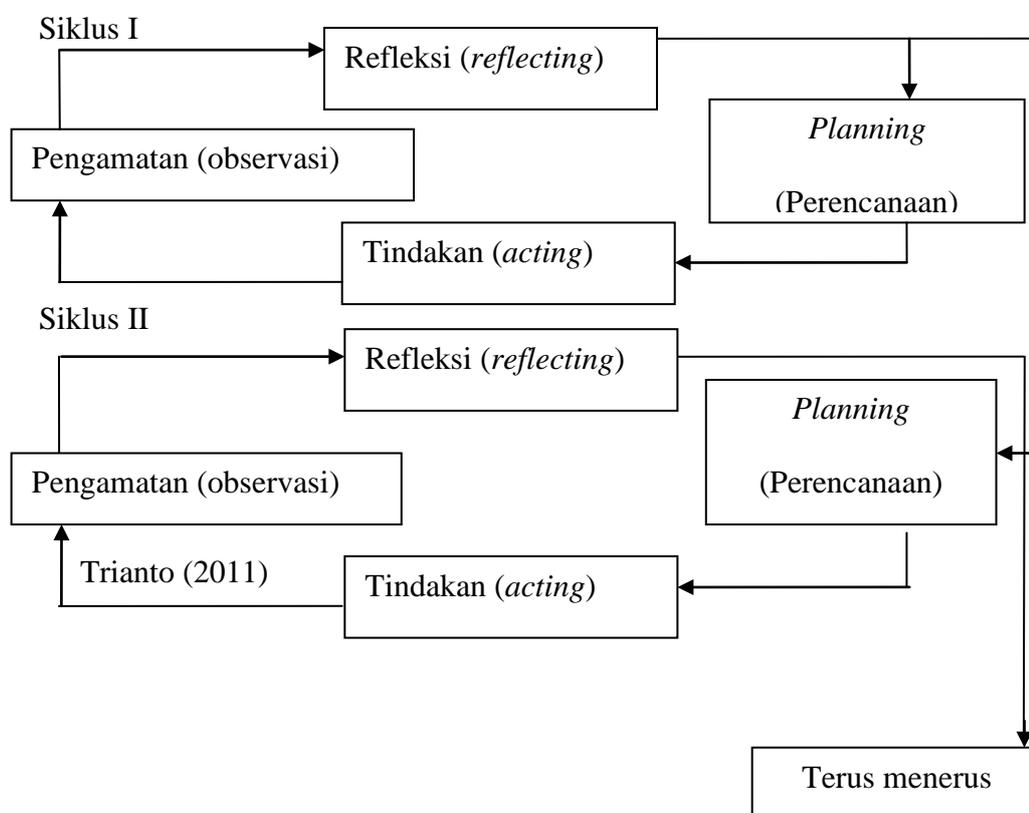
C. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah Siswa kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu yang berjumlah 34, terdiri dari 24 putri dan 10 putra.

D. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian tindakan kelas dapat digambarkan sebagai berikut:

Tahapan Siklus dalam PTK Model Lewin



Tahapan pada setiap siklus adalah sebagai berikut :

1. Perencanaan

- a. Mempersiapkan peralatan dan perlengkapan yang diperlukan dalam melakukan kegiatan termasuk RPP.
- b. Melakukan pemanasan sebelum melakukan kegiatan inti.
- c. Melakukan simulasi pelaksanaan tindakan kelas.
- d. Mempraktekkan gerakan *passing* atas yang benar.
- e. Mengevaluasi.

2. Tindakan

Pada tindakan siklus pertama dilakukan dalam tiga kali pertemuan. Tahap tindakan oleh guru dengan menerapkan metode modifikasi. Proses pembelajaran dilakukan sesuai dengan jadwal belajar pendidikan jasmani dan kesehatan kelas XI IPA 2. Materi yang akan diberikan adalah pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli.

Adapun tindakan yang dilakukan pada setiap siklus adalah:

a. Pendahuluan

Guru menyampaikan presentasi kelas dengan memberikan apresiasi dan motivasi kepada siswa dalam mempelajari pelajaran *passing* atas menggunakan metode modifikasi.

b. Kegiatan inti

- 1) Siswa menuju lapangan bola voli yang telah disediakan beserta sarana modifikasinya.

- 2) Siswa melakukan latihan passing atas sesuai metode yang digunakan.
- 3) Guru menilai sejauh mana kualitas passing atas yang sudah siswa lakukan.

c. Penutup

Guru memberi penghargaan kepada siswa yang mampu mencapai kriteria penilaian tertentu dan memberi masukan kepada siswa yang belum mencapai kriteria penilaian.

3. Observasi

Dalam mengatasi cara peningkatan prestasi bola voli siswa kelas XI IPA 2 SMA PLUS NEGERI 7 Kota Bengkulu. Penelitian bisa mendapat informasi secara langsung selama siswa melakukan kegiatan pembelajaran dan aktivitas guru maupun siswa selama pelaksanaan pembelajaran.

4. Refleksi

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan, peneliti melaksanakan refleksi. Refleksi dilakukan untuk mengetahui kekurangan-kekurangan yang terjadi pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Dari hasil refleksi ini apabila sudah tercapai keberhasilan pembelajaran, maka tidak perlu dilagi siklus selanjutnya. Dan apabila tidak tercapai maka dilanjutkan kesiklus berikutnya.

Ket : Apabila pada siklus satu belum mencapai nilai yang baik/memuaskan/ proses pembelajaran belum efektif, maka setelah refleksi siklus pertama, dilanjutkan pada siklus kedua untuk memperoleh hasil yang lebih baik, dan seterusnya jika hasil belum baik juga.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Pada penelitian ini observasi dilakukan oleh observer (Guru mata pelajaran atau teman sejawat) dengan menggunakan lembar observasi , untuk mengamati aktivitas guru dan siswa. Observasi merupakan alat pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur tingkah laku individu atau proses terjadinya suatu kegiatan yang dapat diamati.

Tabel 3.1

Lembar Observasi Guru

Aspek yang diamati dan dicatat dalam lembar observasi aktivitas guru

Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No	Aspek yang diamati	Penilaian	
		0	1
1	Guru membariskan/mengkondisikan siswa agar siap belajar		
2	Guru menyampaikan tujuan pembelajaran serta memotivasi siswa terlibat pada pemecahan masalah		
3	Guru menyampaikan materi pelajaran yang akan di pelajari		

4	Guru membagi siswa dalam kelompok		
5	Guru mengkondisikan pada saat proses pembelajaran berlangsung		
6	Guru memberikan arahan/penjelasan kepada siswa yang membutuhkannya		
7	Guru memberikan pertanyaan kepada siswa tentang permasalahan yang di hadapi		
8	Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menceritakan kembali(sekilas) tentang materi yang baru saja di sampaikan		
9	Guru membimbing siswa dalam menjawab permasalahan yang mereka temukan sehingga dapat di tarik kesimpulan		

Tabel 3.2

Lembar Observasi Siswa

Aspek yang diamati dan dicatat dalam lembar observasi aktivitas siswa

Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No	Aspek yang diamati	Penilaian	
		0	1
1	Siswa baris secara tertib dan siap untuk belajar serta menjawab salam dan absensi		

2	Siswa memperhatikan penjelasan dari guru tentang tujuan pembelajaran		
3	Siswa memperhatikan materi pelajaran yang disampaikan guru		
4	Siswa tertib dalam proses pembelajaran		
5	Siswa focus terhadap materi yang disampaikan guru		
6	Siswa menemukan sendiri jawaban dari permasalahan tersebut		
7	Siswa menceritakan kembali materi yang baru saja disampaikan oleh guru		
8	Siswa mendengarkan pemberitahuan guru berdasarkan data-data yang relevan dari guru		
9	Siswa menanyakan hal dalam materi yang masih kurang jelas		

Penelitian yang dilaksanakan, diamati dan dilakukan penilaian terhadap aspek yang dinilai. Dari data observasi yang diperlukan untuk merefleksikan tindakan yang telah dilakukan dengan menggunakan

$$\text{rata-rata skor} = \frac{\text{Jumlah skor}}{\text{Jumlah Observasi}} \times 100\%$$

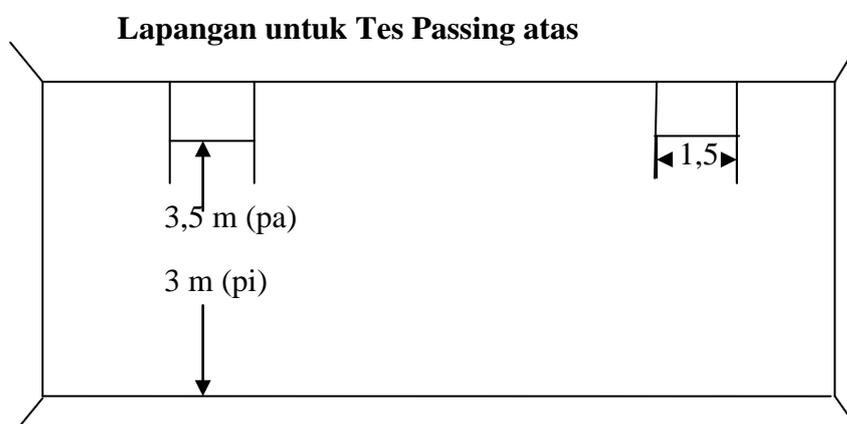
2. Metode Tes

Untuk memperoleh data-data peneliti menggunakan menggunakan metode tes dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan

bermain bola voli. Tes ini disusun untuk siswa SMA yang sudah dimodifikasi dengan rangkaian tes sebagai berikut:

Memodifikasi yang terpenting dalam menaikkan target tidak kurang dari tinggi net dalam permainan bolavoli yang resmi, untuk pria maupun wanita. Apabila tinggi sasaran lebih tinggi dari net resmi maka dalam melakukan umpan bisa untuk dismash, dan dapat untuk menyelamatkan bola terakhir maka bola tersebut bisa memasuki lapangan atau daerah lawan. Memantulkan bola ketembok selama 1 menit dengan menggunakan passing atas. Dengan sasaran tinggi garis batas 3,5 m putra, 3 m putri dan lebar sasaran di dinding 1,5 m. Satuan pengukuran di ambil banyaknya melakukan passing atas selama 1 menit (Nur Hasan: 2005)

Gambar 3.1



Alat-alat yang digunakan dalam test antara lain:

- a. Peluit
- b. Bola voli
- c. *Stopwatch*
- d. Blangko tes
- e. Dinding/tembok untuk petak sasaran

Cara pelaksanaannya:

Teste berdiri menghadap sasaran dengan bolavoli ditangan, setelah ada aba-aba “ya” bola dilempar ke dinding/tembok sasaran (tidak dihitung), kemudian tes menjalankan *passing* atas sesuai dengan peraturan bermain kearah sasaran yang berukuran lebar 1,5 m dan tinggi petak sasaran 3,5 m putra, 3 m putri. Tes dilakukan selama 1 menit berusaha melakukan passing atas kearah petak sasaran sebanyak mungkin. Jika bola sulit dikuasai (jatuh di tanah) maka sebelum waktu habis pemain segera melempar bola ke tembok dan lakukan lagi passing atas secepat-cepatnya. Tiap individu melakukan 2 x giliran dengan nilai akhir hasil salah satu frekuensi terbanyak dari 2 giliran tersebut (Nur Hasan: 2005).

Cara penilaian :

Passing yang sah adalah yang masuk ke daerah sasaran, bola yang mengenai garis batas dianggap masuk. Pantulan dari lambungan atau lemparan pertama serta pantulan bola setelah mati atau ditangkap tidak

dihitung. Tes ini di lakukan sebanyak 2 kali kesempatan dan hasil akhirnya diambil dari yang terbaik. *Passing* yang dinilai baik minimal 25 kali dalam melakukan 1 kali tes.

Contoh :

Tabel 3.3

Blangko Tes

No	Nama	Tes 1	Tes 2	Passing terbaik
1	Ade Revi			
2	Hasdi Kusuma			
3	Ronald			
4	Purnama Sari			
Jumlah Passing Terbaik				

F. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen kegiatan observasi disusun oleh peneliti bersama-sama dengan pembimbing yang memahami dan berpengalaman tentang pembelajaran. Hal tersebut untuk menjaga validitas instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Instrumen tes *passing* atas kedinding dalam bolavoli :

1. Teknik penskoran nilai bola voli (*passing* atas), menggunakan pedoman (sumber : pedoman penskoran penjasorkes SMPN 2 Kota Bengkulu) terdiri dari empat kategori :

- 1) Tinggi-Sangat Tinggi
- 2) Sedang-Tinggi
- 3) Rendah-Sedang
- 4) Sangat Rendah

Adapun teknik pensekoran sebagai berikut :

Tabel 3.4
Teknik Pensekoran Passing Atas

Materi	Aspek Yang Dinilai	Skor Maksimal
Permainan bola besar (Bola voli passing atas)	▪ Sikap kaki salah satu berada didepan atau sejajar terbuka dan lutut ditekuk.	10
	▪ Sikap badan agak condong kedepan.	10
	▪ Teknik gerakan jari-jari tangan dari depan muka setinggi hidung ke depan atas.	20
	▪ Teknik sentuhan bola pada jari-jari tangan, kedua tangan membentuk mangkuk.	30
	▪ Bentuk arah gerakan bola kedepan atas.	30
	Jumlah Skor Maksimum	100

G. Teknik Analisis Data

Data penelitian yang telah terkumpul akan dianalisis dengan cara berikut:
Untuk mengolah data hasil evaluasi siswa, digunakan rumus presentase sebagai berikut : sumber : diadopsi dari Nana Sudjana 1989 (dalam Angga Nuari 2013:30)

$$Y = \frac{\sum Y}{N} \times 100 \%$$

Keterangan : Y = Nilai rata-rata siswa

$\sum Y$ = Jumlah nilai seluruh siswa

N = Jumlah siswa

Melalui metode yang digunakan dalam pengumpulan data penulis melakukan analisis dengan membandingkan data yang diperoleh terhadap hal-hal yang berhubungan dengan penelitian. Kemudian akan mendapatkan hasil yang baik, agar mudah dipahami maka digunakan tabel-tabel dan diagram dari hasil yang diperoleh menggunakan metode pengesanan.

H. Indikator Keberhasilan

Berdasarkan indikator pencapaian yaitu nilai standar KKM di Sma Plus Negeri 7 Kota Bengkulu khususnya mata pelajaran penjaskes, nilai yang dinyatakan lulus adalah harus mencapai 7,5. Untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan kemampuan teknik dasar passing atas, dapat dilihat dari nilai rata-rata pada pra siklus, siklus 1 dan siklus 2 dan seterusnya.

Kriteria tingkat pembelajaran dan latihan siswa sesuai tujuan akhir latihan dalam penelitian ini dikelompokkan kedalam 5 kategori dengan kriteria sebagai berikut :

Tabel 3.5

Tingkat Pembelajaran dan Latihan Siswa

No	Interval (%)	Tingkat Keberhasilan
1	≥ 80	Sangat Tinggi
2	65-85	Tinggi
3	45-64	Sedang
4	20-44	Rendah
5	≤ 20	Sangat Rendah

Sumber : Diadopsi dari Sa,adah R Thesis 2000(dalam Yanto,2013:23)

Namun dengan hasil penelitian ini untuk ketuntasan belajar peneliti berharap pembelajaran passing atas pada permainan bola voli dapat meningkat sehingga semua atau 75% siswa dapat mencapai standar KKM yang ada yaitu nilai 7,5.