

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI VARIASI MENGAJAR
KELAS VIII 1 SMPN 4 KECAMATAN SIAK HULU
KABUPATEN KAMPAR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memproleh Gelar Sarjana (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Universitas Islam Riau**



OLEH :

**RAHMA MEUTIA
166610997**

Pembimbing Utama

**Drs. Zulraflī, M, Pd
NIDN.1026116307**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

**.UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI VARIASI MENGAJAR
KELAS VIII 1 SMPN 4 KECAMATAN SIAK HULU
KABUPATEN KAMPAR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memproleh Gelar Sarjana (S1)
Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Universitas Islam Riau**



OLEH :

RAHMA MEUTIA
166610997

Pembimbing Utama

Drs. Zulraflin, M.Pd
NIDN.1026116307

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

PENGESAH SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING* BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI VARIASI MENGAJAR KELAS VIII 1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR


Dipersiapkan Oleh :

Nama : Rahma Mutia
NPM : 166610997
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

PEMBIMBING



Drs. Zulraflia, MP.d
NIDN. 1026116307

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi


Eeni Apriani, S.Pd., M.Pd
NIP: 15DK1102039
NIDN. 100504901

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Pendidikan
Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Wakil Dekan Bidang Akademik


Dra. Hj Tity Hastuti, M.Pd
NIP: 1959110919870432002

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Rahma Mutia
NPM : 166610997
Jenjang Studi : Sastra Satu (1)
Program Studi : Pendidikan jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar Kelas VIII 1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR

Disetujui Oleh:

Pembimbing



Drs. Zulraflia, M.Pd
NIDN. 1026116307

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan



Leni Apriani, S.Pd., M.Pd
NIP: 15DK1102039
NIDN. 100504901

SURAT KETERANGAN

Kami selaku pembimbing skripsi ini, dengan ini menerangkan bahwa mahasiswi tersebut di bawah:


Nama : Rahma Mutia
NPM : 166610997
Jenjang Studi : Strata Satu (1)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Telah Selesai menyusun Skripsi dengan judul :

“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar Kelas VIII 1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.

Pembimbing


Dr. Zulraflin, M.Pd
NIDN.1026116307

ABSTRAK

Rahma Mutia, 2020. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar Kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar pada siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar. Jenis penelitian ini adalah PTK. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar. Terbagi dalam (1) kelas dengan jumlah keseluruhan siswa-siswi 33 orang. Teknik analisis data yang digunakan adalah menghitung nilai persentase ketuntasan klasikal. Dari hasil penelitian dan analisis data, maka penelitian ini dapat di simpulkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar pada siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar dengan persentase ketuntasan klasikal pada siklus 1 sebesar 36% dan pada siklus II sebesar 85% sehingga terdapat kenaikan nilai persentase 49%.

Kata Kunci: *Hasil Belajar Passing bawah bola voli variasi mengajar*

ABSTRACT

Rahma Mutia, 2020. Efforts to Improve Learning Outcomes of Passing Down Volleyball Game Through Variation in Teaching Class VIII 1 of SMPN 4 Siak Hulu Kampar Regency.

The purpose of this study was to determine efforts to improve learning outcomes under volleyball passing through variations of teaching in class VIII 1 students of SMPN 4 Siak Hulu Kampar Regency. This type of research is PTK. The research subjects in this study were students of class VIII 1 of SMPN 4 Siak Hulu, Kampar Regency. Divided into one classes with a total number of 33 students. The data analysis technique used is to calculate the percentage value of classical completeness. From the results of research and data analysis, this study can be concluded that there is an increase in under-volleyball passing skills through teaching variations in grade VIII 1 students of SMPN 4 Siak Hulu Kampar Regency with the percentage of classical completeness in cycle 1 of 36% and in cycle 11 of 85% so that there is an increase in the percentage value of 49%.

Keywords: Learning Outcomes Passing under volleyball variations in teaching

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap :

Nama : Rahma Mutia
 NPM : 166610997
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
 Jenjang Studi : Sastra Satu (1)
 Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
 Pembimbing Utama : Drs. Zulrafla, MPd
 Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar Kelas VIII1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
15-10-2019	Acc Judul	
25-10-2019	Perbaikan Penulis, Perbaikan BAB I, Perbaikan Latar Belakang, Perbaikan Tujuan Penelitian, Perbaikan BAB II, Cara mengutip Jurnal dan Perbaikan Jurnal	
30-10-2019	Perbaikan Metode Variasi Mengajar, Menambah Bentuk-Bentuk Variasi, Mengajar, Perbaikan Hipotesis, Perbaikan Populasi Menjadi Subjek Penelitian, Perbaikan Rubrik Penilaian, Perbaikan Cover, dan Perbaikan Penulisan	
05-11-2019	Acc untuk di seminarkan	
30-01-2020	Ujian Seminar Proposal	
25-01-2020	1. Perbaikan Penulisan, Perbaikan Spasi, Memperjelas Gambar 2. Perbaikan Daftar Pustaka, Menambah Daftar Gambar dan Tabel	
15-04-2020	Perbaikan rubrik, Menambah jurnal atau referensi yang Lain	
12-05-2020	Deskripsi Data	
12-05-2020	Analisis Data	
12-05-2020	Kesimpulan	
12-05-2020	Konsultasi Penulisan	
22-06-2020	Perbaikan skripsi data dan Perbaikan penulisan dan lampiran	
25-06-2020	Acc untuk di ujikan	

Pekanbaru, Juni 2020
 Dekan I Bidang Akademik FKIP UIR

Dra. Hj Tity Hastuti, M.Pd
 NIP. 1959110919870432002

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rahma Mutia
NPM : 166610997
Program Studi : Pendidikan jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jenjang Studi : Sastra Satu (1)
Fakultas : Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar Kelas VIII 1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan bimbingan oleh dosen yang telah ditunjuk oleh dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikat dari skripsi orang lain, maka saya menerima pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis diberikan kesempatan dan kemampuan untuk menyelesaikan tugas proposal ini, dengan judul “**Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar Kelas VIII SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar**”. Penulisan proposal ini merupakan salah satu syarat untuk gelar sarjana Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Karena keterbatasan ilmu dan pengetahuan yang penulis miliki, maka dengan tangan terbuka dan hati yang lapang penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan dimasa yang akan datang. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian proposal ini yaitu:

1. Bapak Drs. Zulrafla M,Pd yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta membimbing penulis dalam menyelesaikan proposal ini.
2. Ibu Leni Apriliani M,Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Bapak Rafly Hanjalito M,Pd sebagai Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
4. Bapak/ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.
5. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
6. Staff Tata Usaha Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
7. Kedua Orang Tua yang terus memberikan do'a yang tulus dan semangat sehingga penulis selalu berada dalam lindungannya.

8. Teman-teman di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau. Sekaligus ucapan Terima Kasih kepada kakak saya Tika Safitri yang selalu memberi semangat dan motivasi yang tinggi.

Penulis sangat mengharapkan agar proposal ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini. Semoga segala bantuan yang diberikan menjadi amal baik dan mendapatkan balasan dari Allah SWT, Amin ya Robbal Alamin.

Pekanbaru, Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	
PENGESAHAN SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vii
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI.....	7
A.Landasan Teori.....	7
1. Hakikat <i>Passing</i> bawah Bola Voli.....	7
a. Pengertian <i>Passing</i> bawah	7
b. Teknik <i>Passing</i> bawah.....	9
c. Kesalahan yang sering terjadi pada <i>Passing</i> bawah Bola Voli.....	11

d. Sarana dan Prasarana Bola Voli	12
2. Metode Variasi Mengajar	13
a. Definisi Variasi Mengajar	13
b. Bentuk-bentuk Variasi Mengajar	14
3. Kerangka Pemikiran	16
4. Pertanyaan Penelitian	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	18
A. Jenis Penelitian	18
B. Subjek dan Penelitian	22
1. Subjek	22
2. Sampel penelitian	23
C. Definisi Operasional	23
D. Pengembangan Instrumen	24
E. Teknik Pengumpulan Data	25
F. Teknik Analisis Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN	29
A. Deskripsi Data	29
B. Analisis Data	35
C. Pembahasan	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
A. Kesimpulan.....	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian	23
Tabel 2. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar <i>Passing</i> bawah permainan Bola Voli.....	26
Tabel 3. Interval Kategori Kemampuan <i>Passing</i> bawah Permainan Bola Voli	28
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Siklus I Hasil Belajar <i>Passing</i> bawah Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar	31
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Siklus II Hasil Belajar <i>Passing</i> bawah Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar	33
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Peningkatan Ketuntasan Siswa	35
Tabel 7. Ketuntasan Kemampuan Siswa dari Siklus I, Siklus II pada <i>Passing</i> bawah Permainan Bola Voli	35

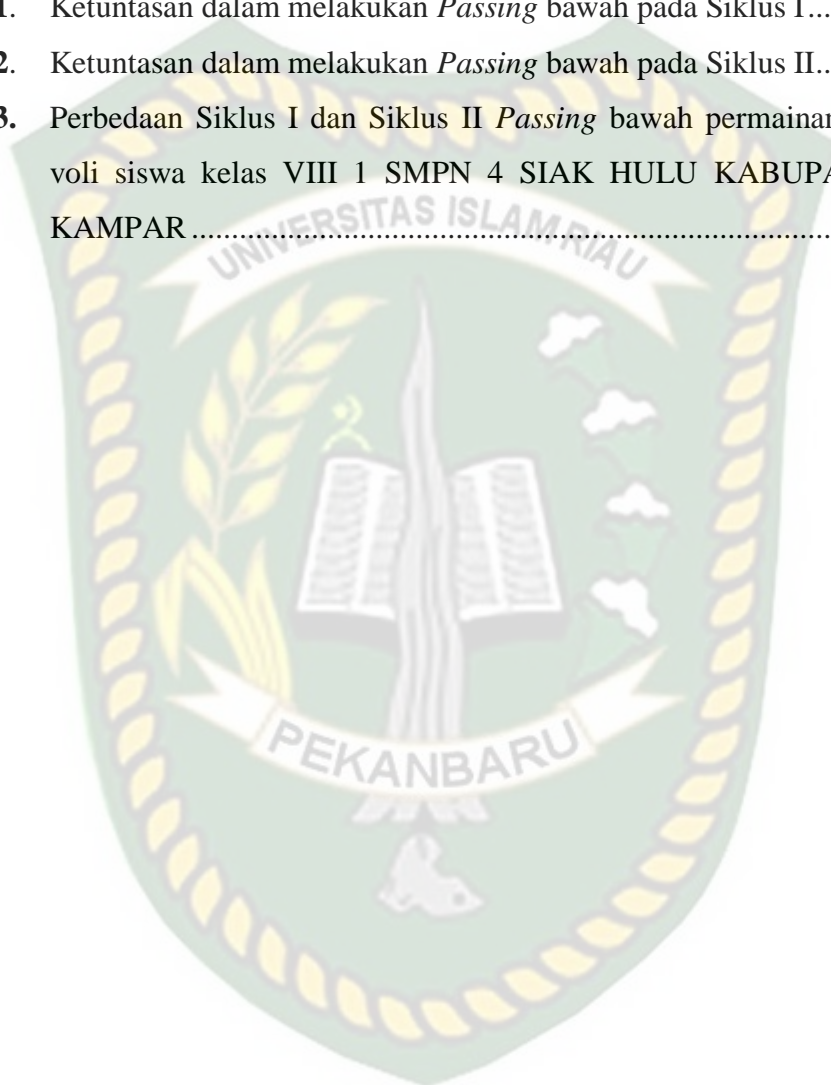
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Tahap melakukan <i>Passing</i> bawah (Beutelstahl, 2011 : 36).....	11
Gambar 2. Lapangan Bola Voli (Aji, 2016 : 43).....	13
Gambar 3. Siklus Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	18



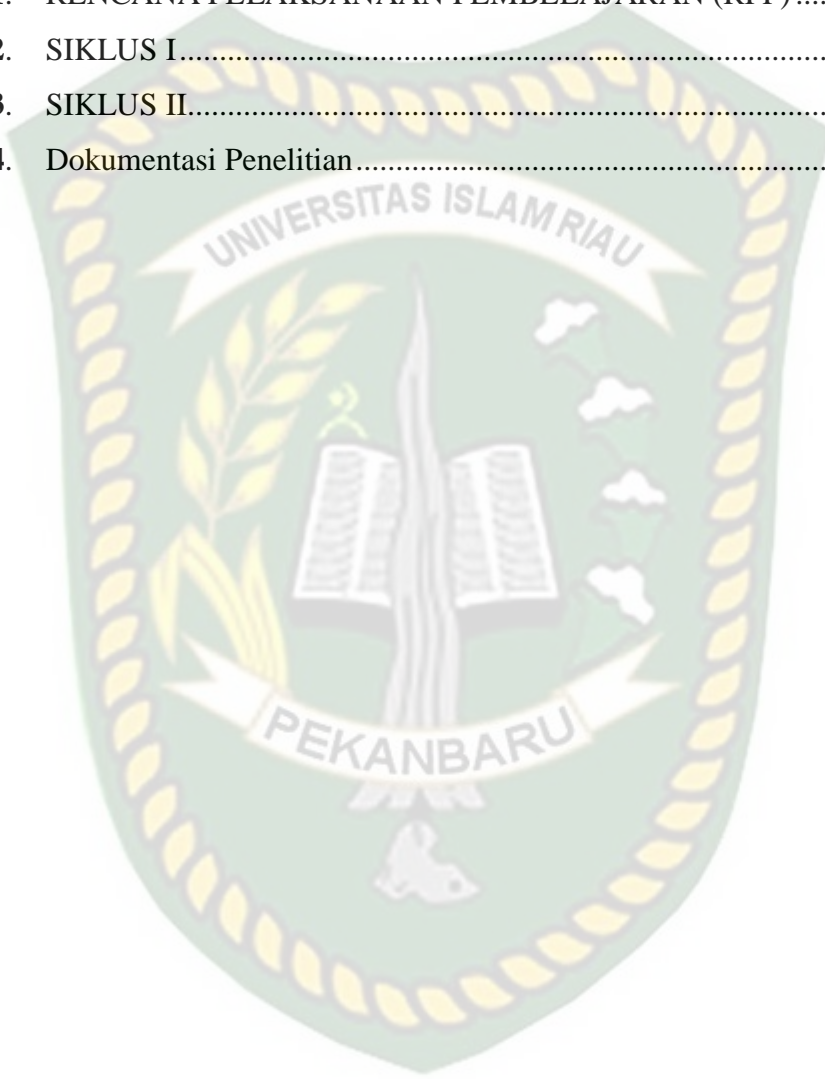
DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1. Ketuntasan dalam melakukan <i>Passing</i> bawah pada Siklus I.....	31
Grafik 2. Ketuntasan dalam melakukan <i>Passing</i> bawah pada Siklus II.....	34
Grafik 3. Perbedaan Siklus I dan Siklus II <i>Passing</i> bawah permainan bola voli siswa kelas VIII 1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR.....	36



LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)	41
Lampiran 2. SIKLUS I	51
Lampiran 3. SIKLUS II	54
Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian	57





Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkat kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik pengetahuan hidup sehat dan aktif. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan baik jasmani maupun rohani, pembelajaran ditunjukkan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga tetapi perkembangan pribadi anak seutuhnya.

Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Oleh karena itu, dalam memberikan pelajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Untuk mencapai hal tersebut, maka materi-materi dalam pendidikan jasmani dari sekolah tingkat paling rendah hingga atas telah diatur dalam kurikulum pendidikan jasmani.

Sebab pendidikan jasmani pada hakekat merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan yang lebih baik dalam kualitas kesehatan masing-masing individu, baik dalam fisik serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai kesatuan utuh, makhluk hidup daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara *organic, neuromuscular, perceptual, kognitif, social* dan emosional. Untuk menghasilkan siswa yang berprestasi dan berkualitas maka harus dilakukan pembinaan keolahragaan. Salah satu cabang olahraga bola voli merupakan salah satu olahraga yang digemari banyak orang. Karena bola voli berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat bahkan dunia, didalam bola voli kita mempelajari teknik-teknik dasar agar bisa memainkannya dengan baik dan benar.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia (UU RI) Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pasal 18 ayat 2 menyatakan bahwa: “Olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler.”

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang termasuk kedalam materi pokok pendidikan jasmani. Untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam memahami dan melaksanakan teknik-teknik dasar bola voli khususnya pada *Passing* bawah diperlukan metode yang tepat agar siswa dapat dengan cepat menyerap materi dan mempraktekannya secara langsung. Metode-metode yang dapat digunakan dalam *active learning* seperti metode demonstrasi, metode *true or false* (benar atau salah), metode *listening team* (tim pendengar), metode *modelling the way* (memberi contoh praktek), metode *peer lessons* (belajar dari teman) dan Variasi Mengajar.

Salah satu metode yang akan penulis gunakan adalah Variasi Mengajar. Variasi Mengajar adalah salah satu cara guru untuk meningkatkan motivasi siswa dalam belajar atau berolahraga serta mengurangi rasa bosan dalam belajar. Sehingga siswa dapat belajar menjadi lebih aktif dalam proses pembelajaran dengan cara yang berbeda dari biasanya.

Penerapan Variasi Mengajar ini diharapkan dapat memperbaiki hasil belajar siswa dalam mata pelajaran olahraga khususnya dalam memahami teknik dasar yang ada pada permainan bola voli. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa kemampuan *Passing*bawah di kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar masih tergolong rendah. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata materi *Passing* bawah masih rendah yang hanya mencapai angka 72(Standar keputusan minimal untuk mata pelajaran pendidikan jasmani di kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar adalah 72).

Oleh karena itu, peneliti tertarik ingin melakukan suatu kajian atas dasar kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan *Passing*bawah yaitu: (1) Banyaknya siswa yang kurang memahami *Passing*bawah bola voli (2) banyaknya siswa yang kesulitan melakukan teknik dasar *Passing*bawah bola voli khususnya kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar (3) kurang tepatnya sasaran operan *Passing*bawah siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar (4) kurangnya keaktifan siswa dalam belajar untuk melakukan gerakan *Passing*bawah. (5) metode mengajar yang diberikan belum tergambar dalam variasi mengajar.

Berdasarkan hal diatas maka peneliti tertarik mengambil judul ” **Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar belum mampu melakukan gerakan teknik dasar *Passing* bawah pada permainan bola voli.
2. Masih ada diantara siswa yang belum memahami posisi kaki dan gerakan tangan yang benar dalam melakukan *Passing* bawah.
3. Metode mengajar yang diberikan belum tergambar dalam bentuk variasi mengajar.
4. Saat belajar mengajar siswa masih banyak yang belum mencapai nilai KKM yang telah diterapkan oleh guru yaitu sebesar 72.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari luasnya suatu permasalahan yang diteliti maka berdasarkan latar belakang dan masalah diatas, maka penelitian ini akan dibatasi pada upaya meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah permainan bola voli melalui Variasi Mengajar pada siswakeselas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Upaya Peningkatan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Mengajar siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah permainan bola voli melalui Variasi Mengajar siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas maka penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Para Siswa, dengan diterapkannya Variasi Mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran *Passing* bawah, siswa menjadi lebih antusias dalam mengikuti proses pembelajaran *Passing* bawah dan siswa lebih mudah mengikuti proses pembelajaran *Passing* bawah.
2. Para guru, dengan diterapkannya Variasi Mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan cara pembelajaran guru guna menciptakan proses pembelajaran yang efektif dan efisien.
3. Bagi sekolah, peningkatan hasil belajar dan kualitas belajar siswa dapat meningkatkan prestasi dan produktivitas sekolah.

4. Bagi penulis, untuk menambah ilmu pengetahuan dalam memahami cara meningkatkan hasil belajar *Passingbawah* bola voli melalui Variasi Mengajardan berguna untuk menyelesaikan program studi strata satu (S-1) untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Islam Riau.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat *Passing* bawah Bola Voli

a. Pengertian *Passing* bawah

Passing bawah bola voli adalah teknik dasar bola voli yang digunakan untuk menerima servis, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang kebawah dan memukul bola yang memantul dari net. *Passing* bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bola voli. Keberhasilan penyerangan tergantung dari baik buruknya *Passing* bawah. Apabila bola yang dioperkan jelek maka pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang baik untuk para penyerang. Dinamakan *Passing* bawah karena pengambilan *Passing* dilakukan dengan satu tangan apabila bola datangnya pelan dan dekat dari badan, maka diambil dengan dua tangan.

Dalam arti lain, *Passing* bawah dapat dilakukan dengan satu tangan maupun dua tangan yang kegunaannya sesuai dengan situasi dan tujuan yang hendak dicapai. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang sangat penting yang harus dikuasai oleh para pemain khususnya bagi *toser/set-upper*. Selain itu, *Passing* bawah juga berfungsi untuk memberikan umpan/operan kepada teman se-tim sehingga dapat menyusun suatu serangan dengan baik.

Menurut Peter Waite (2009:43), *Passing* adalah keterampilan yang paling sering digunakan dan diperlukan tanpa ada *Passing* permainan tidak akan berjalan dengan lancar saat bermain.

Menurut Syafruddin (2004 : 159), *Passing*bawah adalah elemen utama untuk mempertahankan regu dari serangan lawan (bola yang datangnya terlalu keras dan sulit dimainkan dengan *Passing* atas maka diambil dengan *Passing* bawah).

Passing bawah biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan team bila tidak memegang servis.*Passing* ini digunakan untuk menerima servis,smesh, dan bola setinggi pingang bawah.

Passing bawah merupakan teknik dalam permainan bola voli yang sangat mendasar *Passing* bawah digunakan untuk menyusun pola serangan kepada lawan. Keberhasilan penyerangan tergantung pada baik buruknya *Passing* bawah apabila bola yang di oper tidak bagus maka pengumpan akan kesulitan untuk menepatkan bola yang baik pada penyerangan .

Menurut Sunardi dan Kardiyanto (2013:173), *Passing* bawah adalah teknik dasar permainan bola voli dengan menggunakan kedua lengan bawah yang untuk mengoper bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di area lapangan sendiri dan untuk melakukan serangan kepada regu lawan.

Menurut Priyantoro (2015 : 766), *Passing* bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting dalam permainan bola voli guna untuk penerimaan bola servis dari lawan. Penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan atau *smash*, pengambilan bola setelah terjadi *block* atau bola dari pantulan.

Passing bawah digunakan untuk mengambil bola yang berada di bawah dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan satu atau dua lengan bersama tergantung pada situasi yang di hadapi di lapangan.

Menurut Ahmadi (2007 : 23), *Passing* bawah adalah memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah yang berguna untuk menerima bola servis, menerima bola dari lawan yang berupa serangan atau *smash*, untuk mengambil bola setelah terjadi *block* atau bola dari pantulan net, menyelamatkan bola yang terkadang terpental jauh dari luar lapangan pemain.

Dari uraian di atas dapat kita uraikan bahwa *Passing* bawah digunakan untuk saat-saat bertahan dari serangan lawan seperti *smash* pantulan *block* dan servis yang sulit dari lawan.

Menurut Hidayat (2017: 43), pada teknik *Passing* bawah, kedua tangan bersatu menggenggam bagian telapak tangan lain. Kedua lengan bersikap lurus kebawah dengan bagian bawah siku menghadap kedepan. Ketika melakukan *Passing* bawah, badan sedikit jongkok dengan tujuan agar memperkuat tumpuan badan atau kuda-kuda.

Dari penjelasan beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa pengertian *Passing* bawah adalah suatu permainan yang melewati net dan menggunakan tangan secara refleksi dan dimainkan tidak boleh lebih dari tiga kali.

b. Teknik *Passing* bawah

Teknik dasar *Passing* bawah bola voli adalah mengumpan bola kepada teman seregu yang biasanya dilakukan untuk membuat serangan yang mematikan bagi regu lawan. Dalam pertandingan bola voli *Passing* bawah diperlukan agar permainan dapat berhasil dan dapat mengasah keterampilan mengolah bola.

Menurut Sukrisno.,dkk (2007 : 55), mengemukakan cara melakukan gerak dasar *Passing* bawah adalah sebagai berikut (1) kedua lutut ditebuk, (2) badan condong

kedepan, (3) tangan lurus kedepan (antara lutut dan bahu), (4) persentuhan bola pada pergelangan tangan, (5) pandangan mata kedepan, (6) koordinasi gerak lutut dan bahu.

Menurut Yoga (2008:3), teknik dasar pada *Passingbawah* bola dipukul menggunakan bagian dalam lengan bawah atau pergelangan tangan. Sedangkan tahapan-tahapan untuk melakukan *Passingbawah* dalam beberapa bentuk gerakan yaitu:

a) *Passingbawah* normal

1) Sikap permulaan

Ambil sikap normal dalam permainan bola voli, kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dicondongkan kedepan, berat badan menumpu pada telapak bagian depan. Untuk mendapatkan suatu keseimbangan, agar dapat lebih mudah dan cepat bergerak kesegala arah kedua tangan saling berpegangan yaitu punggung tangan kanan diletakkan diatas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.

Tempatkan badan segera sejauh jangkauan bola, dengan posisi sedemikian rupa. Sehingga badan dalam keadaan menghadap bola dengan sumbu gerakan berada pada persendian bahu dan siku benar-benar lurus. Pada saat mengayun tangan telah beregangan.

2) Gerakan lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah kedepan untuk *Passingbawah* kedepan tidak melebihi sudut 90derajat dengan bahu dan badan. (Syafuruddin2004:160).



Gambar 1.Tahap melakukan *Passing* bawah (Beutelstahl, 2011 : 36)

Passing bawah bola voli merupakan teknik dasar bola voli, teknik ini digunakan untuk menerima servis, menerima spike, memukul bola setinggi pingang kebawah dan memukul bola yang memantul dari net, *Passing* bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bola voli, untuk melakukan penyerangan tergantung dari baik buruknya *Passing* bawah.

b. Kesalahan Yang Sering Terjadi Pada *Passing*bawah Bola Voli

Menurut (Barbara, 2004 : 21) ada beberapa kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *Passing*bawah dalam bola voli antara lain:

1. Lengan terlalu tinggi saat memukul bola
2. Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang dioper terlalu rendah atau terlalu kencang
3. Berat badan tidak dipindahkan kearah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka
4. Lengan terpisah sebelum, pada saat atau saat setelah menerima bola. Sehingga operan bola tersebut dianggap salah

5. Bola mendarat dilengen daerah siku atau menyentuh tubuh pemain.

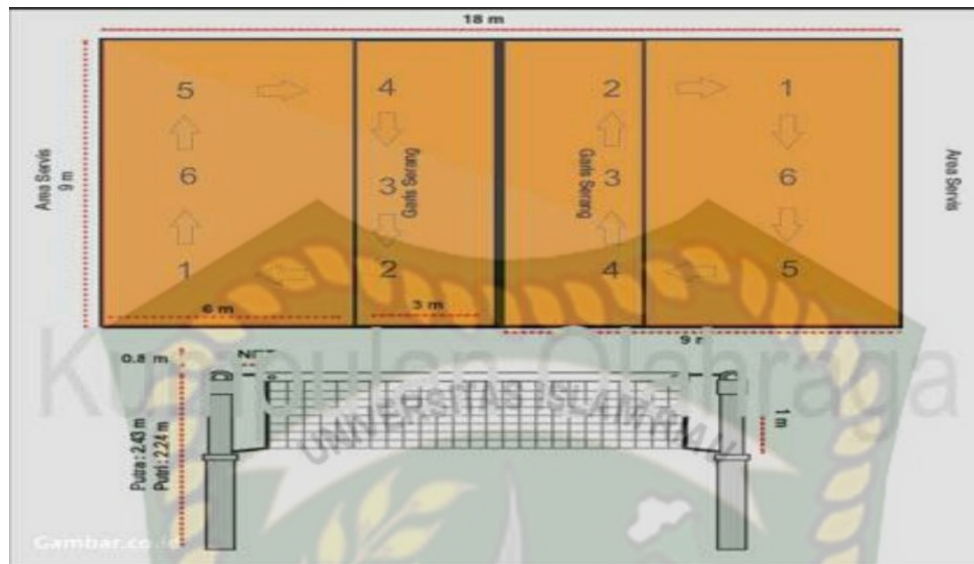
c. SaranadanPrasarana Bola Voli (Aji, 2016:43)

1. Standar Ukuran lapangan bola voli:

- a. Panjang lapangan : 18 meter
- b. Lebar lapangan : 9 meter
- c. Lebar garis serang : 3 meter

2. Ukuran Net dan Tiang bola voli:

- a. Lebar net bola voli : 1 meter
- b. Tinggi net untuk putra : 2,43 meter
- c. Tinggi net untuk putri : 2,24 meter
- d. Tinggi antena pada net bola voli: 0,8 centimeter
- e. Tinggi tiang net bola voli : 2,55 meter
- f. Jarak tiang net dengan garis samping lapangan bola voli : 0,5 – 1 meter.
- g. Pita tepian samping net: 5 centimeter sepanjang 1 meter.
- h. Pita tepian atas net: 5 centimeter.
- i. Mata jala net : 10 centimeter



Gambar 2. Lapangan Bola Voli
(Aji, 2016:43)

2. Metode Variasi Mengajar

a. Definisi Variasi Mengajar

Menurut Hamid Darmadi (2010:3), pengertian variasi merujuk pada tindakan dan perbuatan guru yang disengaja ataupun secara spontan yang dimaksud untuk mengacu dan mengingat perhatian siswa selama pelajaran berlangsung.

Aunurrahman (2010:34), variasi mengajar mengartikan mengajar sebagai sesuatu keadaan atau suatu aktivitas untuk menciptakan suatu situasi yang mampu mendorong siswa untuk belajar.

Menurut Usman (2008:84), variasi mengajar adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar mengajar yang ditunjukkan untuk mengatasi kebosanan murid sehingga dalam situasi belajar mengajar, murid senantiasa menunjukkan ketekunan, antusiasmeserta penuh partisipasi.

Menurut Husdarta (2013:70), variasi gaya mengajar merupakan kemampuan guru mengubah perilakunya disesuaikan dengan aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar. Untuk mengetahui kejenuhan dan rasa bosan atlet dalam latihan, pelatih perlu menggunakan metode-metode dan materi latihan secara bervariasi. Disamping itu, variasi juga dilakukan dalam mengatur beban latihan seperti pengaturan istirahat, pemulihan (recovery) dalam metode interval dengan memperpanjang atau memendekkan waktu pemulihan sesuai dengan tujuan latihan.

b. Bentuk-bentuk Variasi Mengajar

Pengertian bentuk-bentuk variasi mengajar adalah seperti yang kita ketahui bahwa mengajar merupakan suatu sistem yang kompleks dan intergratif dari sejumlah keterampilan untuk menyampaikan pesan terhadap seseorang mengajar dikatakan sistem yang kompleks karena dalam mengajar guru tidak hanya sekedar memberi informasi secara lisan kepada siswa, tetapi dalam mengajar guru harus dapat menciptakan situasi lingkungan supaya siswa biar lebih aktif lagi.

Menurut Simaremare (2007:23), adapun manfaat dari variasi pembelajaran, antara lain (1) Mengurangi kebosanan siswa dalam mengikuti pembelajaran, (2) meningkatkan motivasi siswa, (3) mengacu perkembangan serta meningkatkan perhatian siswa pada pelajaran yang mereka ikuti, (4) menumbuhkan rasa ingin tahu siswa pada hal-hal baru sedang dipelajari, (5) menumbuhkan perilaku belajar positif pada siswa, (6) meningkatkan partisipasi siswa dalam interaksi kegiatan pembelajaran, (7) memperlancar dan memperjelaskan komunikasi antara guru dan siswa.

Menurut Soetomo, bentuk pemberian variasi yang tepat dalam proses belajar mengajar (1) untuk menimbulkan dan meningkatkan perhatian siswa kepada aspek belajar mengajar yang relevan, (2) untuk memberikan kesempatan bagi perkembangan minat dan bakat (3) untuk memupuk tingkah laku yang positif terhadap guru dan kepala sekolah, (4) guna memberi kesempatan kepada siswa untuk memperoleh pelajaran yang di senangi.

Adapun beberapa variasi pembelajaran yang digunakan dalam penelitian yaitu:

1. *Passing* bawah secara individu

Pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *Passing*bawah bola voli secara individu. Siswa di bagi dalam dua regu dengan membentuk barisan berbanjar, siswa yang paling depan dalam setiap barisan melakukan *Passing* bawah secara individu sambil berjalan menuju titik yang telah di tentukan. Pembelajaran ini dinyatakan berakhir apabila seluruh siswa tiap-tiap regu telah melakukan gerakan.

2. *Passing*bawah dengan dinding

Pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *Passing*bawah bola voli dengan media yang tidak bergerak (statis). Siswa dibagi dalam dua regu dengan berbentuk baris berbanjar, siswa yang paling depan terlebih dahulu melakukan *Passing*bawah kearah dinding. Pembelajaran dinyatakan berakhir apabila seluruh siswa sudah melakukan gerakan.

3. *Passing* bawah dengan teman

Pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *Passing* bawah bola voli dengan media yang bergerak (dinamis). Siswa dibagi dalam dua regu dengan membentuk barisan berbanjar, setiap regu tersebut dibagi rata dan saling berhadapan dengan jarak 2 meter, siswa yang paling depan terlebih dahulu melakukan *Passing* bawah ke arah teman yang paling depan dari regu yang sama. Pembelajaran dinyatakan berakhir apabila seluruh siswa dalam setiap regu sudah melakukan teknik *Passing* bawah.

3. Kerangka Pemikiran

Pembelajaran permainan bola voli termasuk salah satu pembelajaran yang digemari oleh orang-orang pada umumnya, dibandingkan materi pembelajaran yang lain seperti: senam lantai, atletik. Akan tetapi, pada kenyataannya pembelajaran permainan bola voli di kelas VIII 1 SMPN 4 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR masih dinyatakan kurang karena guru penjasnya tidak dapat menarik antusias untuk siswa. Kebanyakan siswa cenderung pasif saat bermain bola voli.

Berdasarkan kajian teori di atas, maka penulis merancang pelaksanaan pembelajaran yang akan yang dibutuhkan sebagai pengamatan dalam mengetahui tingkat perkembangan yang diterapkan dikemukakan keberhasilan pembelajaran *Passing* bawah bola voli dipengaruhi oleh pembelajaran diantaranya “Meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah” dapat meningkatkan prestasi pembelajaran siswa dan membuat siswa tersebut bersemangat mengikuti pembelajaran.

4. **Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas, maka pertanyaan penelitian adalah:
Bagaimana meningkatkan hasil belajar *Passingbawah* bola voli melalui Variasi Mengajar kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar?



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam bahasa Inggris disebut (*Classroom Action Research*, disingkat CAR) adalah penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran dikelasnya. Arikunto (2016:124). Penelitian ini terdiri dari beberapa siklus, adapun setiap siklus dilakukan dalam tiga kali pertemuan. Tiap siklus terdiri dari langkah-langkah perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan/ observasi dan refleksi.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, dari siklus Penelitian Tindakan Kelas menurut Arikunto adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Siklus Pelaksanaa Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

(Arikunto, 2016:42)

1. Perencanaan tindakan : berdasarkan pada identitas masalah yang dilakukan pada tahap pra PTK, rencana tindakan disusun untuk menguji secara empiris hipotesis tindakan yang ditentukan.
2. Pelaksanaan tindakan : tahap ini merupakan implementasi (pelaksanaan) dari semua rencana yang telah dibuat.
3. Pengamatan tindakan : kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan.
4. Refleksi terhadap tindakan : tahapan ini merupakan tahapan untuk memproses data yang di dapat saat melakukan pengamatan serta untuk mengetahui apa yang kurang pada pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan.

Langkah – langkah Penelitian :

SIKLUS I

- a. Perencanaan :
 1. Merencanakan pembelajaran yang akan diterapkan dalam PMB.
 2. Menentukan pokok bahasan.
 3. Mempersiapkan RPP.
 4. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan.
 5. Menyiapkan bahan observasi dan mempersiapkan semua alat yang diperlukan.
 6. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan dengan Metode Variasi Mengajar.

b. Pelaksanaan :

1. Menganalisa penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani.
2. Mengamatai pelaksanaan keterampilan pengajaran pendidikan jasmani.
3. Menganalisa cara mengorganisasikan Variasi Mengajar.
4. Menganalisa penyusunan penggunaan alat pengajaran.
5. Membimbing pelaksanaan pembelajaran, antara lain :
 - a. Guru memberikan materi tentang permainan bola voli.
 - b. Guru menerangkan terlebih dahulu bentuk dan ukuran lapangan voli.
 - c. Guru menerangkan teknik *Passing* bawah dalam permainan bola voli di lapangan.
 - d. Guru mempraktekkan teknik *Passing* bawah dalam permainan bola voli dengan Variasi Mengajar secara berkelompok.
 - e. Guru memerintahkan siswa untuk pemanasan dan dilanjutkan dengan melakukan Variasi Mengajar secara berkelompok.
 - f. Guru membantu siswa untuk memperbaiki gerakan.
 - g. Melakukan pendinginan setelah selesai berolahraga.

c. Observasi :

1. Mengamati pelaksanaan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani.
2. Mendokumentasikan penyusunan perencanaan pendidikan jasmani.
3. Mencatat hasil analisa cara mengorganisasikan Variasi Mengajar.

4. Mendokumentasikan proses pembelajaran.
 5. Mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan pengajaran.
- d. Refleksi :
1. Melakukan evaluasi tindakan yang telah dilakukan.
 2. Meningkatkan rencana untuk menyusun rencana pengajaran.
 3. Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan Variasi Mengajar.

SIKLUS II

- a. Perencanaan :
1. Menetapkan materi pokok bahasan yang akan dijadikan penelitian.
 2. Menyusun instrumen penelitian dan lembar observasi.
 3. Menyusun lembar refleksi.
 4. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan dengan Variasi Mengajar secara berkelompok.
- b. Pelaksanaan :
1. Pada siklus 2 pelaksanaan tindakan akan disesuaikan dengan hasil refleksi.
 2. Sebagai prediksi langkah-langkah tindakan sebagai berikut :
 - a. Guru memberikan apresiasi tentang permainan bola voli.
 - b. Guru menerangkan terlebih dahulu bentuk dan ukuran lapangan voli.
 - c. Guru menerangkan teknik *Passingbawah* dalam permainan bola voli di lapangan dengan Variasi Mengajar.
 - d. Guru mempraktekkan teknik *Passingbawah* dalam permainan bola voli dengan Variasi Mengajar.

- e. Guru memerintahkan siswa untuk pemanasan dan dilanjutkan dengan melakukan *Passing*bawah.
- f. Guru membantu siswa untuk memperbaiki gerakan.
- g. Melakukan pendinginan setelah selesai berolahraga.
- c. Observasi :
1. Mengamati pengembangan dan pengorganisasian materi pengajaran.
 2. Mencatat hal-hal yang dinilai menarik selama observasi.
 3. Pemantauan dalam jenis kegiatan pengajaran.
 4. Mendokumentasikan penggunaan alat bantu sesuai kompetensi.
 5. Mengamati pelaksanaan pembelajaran secara individu.
 6. Mengamati penggunaan waktu secara efisien.
 7. Mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan penelitian.
 8. Mengenali, merekam dan mendokumentasikan setiap indikator dari semua proses.
- d. Refleksi :
- Hasil observasi dari pelaksanaan tindakan dijadikan bagan referensi yang digunakan untuk perubahan, perbaikan dan peningkatan pengajaran.

B. Subjek dan Penelitian

1. Subjek

Subjek penelitian yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kamparsebanyak 33orang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1 : Subjek Penelitian.

No	Kelas	Putera	Puteri	Jumlah
1	VIII1	13	20	33

Sumber : *Tata Usaha VIII 1 SMPN4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar*

2. Penelitian

Menurut Arikunto (2006 :131) Penelitian adalah sebagian atau wakil subjek yang diteliti dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel. Penelitian ini termasuk kedalam jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sehingga seluruh populasi yang digunakan dalam penelitian, dijadikan subjek penelitian atau total sampling. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini adalah 33 orang.

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam mengartikan istilah yang ada dalam proposal ini maka penulis akan menjelaskan beberapa istilah sebagai berikut :

- a. *Passing* bawah adalah teknik dasar bola voli yang sangat tepat untuk menahan serangan-serangan smash yang keras dan cepat dari lawan. Oleh karena itu, *Passing* bawah yang baik bukan hanya dapat menahan bola serangan lawan yang jatuh kearah lapangan pemain namun juga dapat mengarahkan atau mengumpan bola yang baik kepada teman seregu sehingga dapat menyusun serangan balik yang lebih baik..

- b. Variasi Mengajar adalah pembelajaran dengan memilah-milah teknik gerakan yaitu dengan melakukan teknik-teknik *Passing* bawah secara berulang-ulang dan bervariasi.

D. Pengembangan Instrumen

Adapun penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah Variasi Mengajar sedangkan variabel terikat adalah hasil belajar *Passing* bawah.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Perangkat pembelajaran yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:
 - a. Silabus
Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. Berdasarkan prinsip tersebut maka pada silabus mata pelajaran penjasorkes yang digunakan memuat standar kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber bahan atau alat.
 - b. Rencana pelaksanaan pembelajaran
Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) disusun untuk dua kali pertemuan. Setiap RPP yang digunakan memuat standar kompetensi, kompetensi dasar, indikator, tujuan pembelajaran, materi ajar, metode pembelajaran, langkah-langkah kegiatan, alokasi waktu serta alat dan sumber.
2. Instrumen pengumpulan data

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah suatu prosedur yang sistematis dan standar yang berguna untuk memperoleh data yang diperlukan. Oleh karena itu, kualitas data sangat ditentukan oleh alat pengumpulan data atau alat ukur sehingga data benar-benar valid dan reliable. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Observasi
Digunakan untuk memperoleh informasi melalui pengamatan penelitian sendiri yang akan digunakan sebagai penunjang, pengecekan masalah dari data yang diolah. Lokasi penelitian ini bertempat di kelas VIII 1 SMPN4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.
2. Dokumentasi
Dokumentasi adalah suatu alat pengumpulan data yang berguna untuk melengkapi data dan sebagai bukti telah dilakukannya penelitian tersebut. Adapun dokumentasi ini terdiri dari kurikulum K13, RPP, buku pembelajaran dan nilai yang diberikan oleh guru.
3. Perpustakaan
Pada penelitian ini menggunakan beberapa buku yang digunakan sebagai teori dalam pelaksanaan.
4. Pengukuran.
Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan dua alat yaitu berupa tes dan non tes. Teknik tes digunakan untuk menjangkau data yang berkaitan dengan teknik siswa yang berkaitan dengan *Passingbawah*. Sedangkan teknik non tes adalah teknik yang digunakan peneliti dalam rangka menilai keberhasilan dan kekurangan proses pembelajaran yang dilakukan. Dalam hal ini menggunakan teknik observasi.

Tabel 2 :Rubrik Penilaian unjuk Kerja Teknik Dasar *Passing*bawah Permainan Bola Voli

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Melakukan teknik dasar <i>Passing</i> bawah				
A. Sikap awal				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dengan kaki kanan atau kaki kiri dengan sejajar 2. Salah satu kaki berada didepan atau kaki tumpu 3. Kedua lutut agak ditekuk, pandangan melihat arah datangnya bola 4. Tangan kanan dan kiri lurus kebawah dengan lengan dirapatkan dan ibu jari sejajar 				
B. Pelaksanaan				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai siku 2. Badan agak dibungkukkan ketik melakukan <i>Passing</i> bawah 3. Bola didorong dengan mengayunkan kedua tangan dan siku tidak melebihi bahu dan tangan 				
C. Sikap akhir				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Jari tangan tetap digenggam, sedangkan siku tetap dikunci 2. Tumpuan saat melakukan <i>Passing</i> bawah harus kuat dan pergerakan seluruh badan terangkat hingga bola bergerak sampai ke sasaran 				
Jumlah				
Skor Maksimal : 36				

Beutelstahl (2013:35)

Keterangan :

- 4 = Sangat baik (Apabila 3 indikator sikap awal terpenuhi)
- 3 = Baik (Apabila 2 indikator dikuasai)
- 2 = Cukup Baik (Apabila 1 indikator sesuai dengan indikator)
- 1 = Kurang baik (Apabila setiap indikator kurang terpenuhi)

F. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar *Passingbawah* penulis menggunakan tes unjuk kerja (psikomotor). Adapun aspek-aspek yang di nilai dalam teknik *Passingbawah* permainan bola voli adalah :

1. Teknik penilaian

Tes unjuk kerja (psikomotor)

Lakukan teknik *Passingbawah*

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian dan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4.

$$ANilai = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Interval dan kategori kemampuan siswa melakukan *Passingbawah* dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut :

Tabel 3.Interval Kategori Kemampuan *Passing*bawah Permainan BolaVoli

No	Interval	Kategori
1	90 – 100	Sangat baik
2	70 – 89	Baik
3	50 – 69	Cukup Baik
4	30 – 49	Kurang Baik
5	10 – 29	Sangat Kurang Baik

(Sudijono, 2011 : 43)

Adapun rumus yang digunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Ket :

P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Jadi data yang diperoleh berupa hasil observasi dan hasil penilaian belajar siswa atau kemampuan siswa. Hasil observasi merupakan pengamatan yang dilakukan terhadap aktivitas siswa dalam proses pembelajaran. Sedangkan kemampuan siswa yang dinilai disini adalah teknik dasar *Passing* bawah. Kemudian data mengenai aktifitas, siswa dan kemampuan siswa dipaparkan dalam bentuk tabel. Selanjutnya hasil pemaparan tabel tersebut diuraikan dalam bentuk penjelasan. Dan uraian akan dikemukakan apakah hasil yang diperoleh telah atau belum dapat meningkatkan *passing* bawah melalui variasi mengajar kelas VIII 1. Keberhasilan tersebut disesuaikan dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan dalam penelitian ini.

Penelitian dilaksanakan dengan penerapan variasi mengajar ini dilakukan pada siswa kelas VIII I SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar khusus mata pelajaran penjaskesrek 2019/2020, dengan jumlah siswa 33 orang.

Penelitian ini dilakukan pada materi keterampilan teknik dasar *Passing* bawah bola voli.

1. Data Unjuk Kerja Siklus I Kemampuan *Passing* Bawah Siswa/I Kelas VIII I SMPN 4 Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar.

Untuk memperoleh data dilakukan sebanyak 2 kali penilaian dengan menggunakan tes unjuk kerja dan melakukan penilaian *Passing* bawah satu kali penilaian dilaksanakan sesudah Siklus I ,ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan *Passing* bawah siswa/i kelas VIII I SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar.

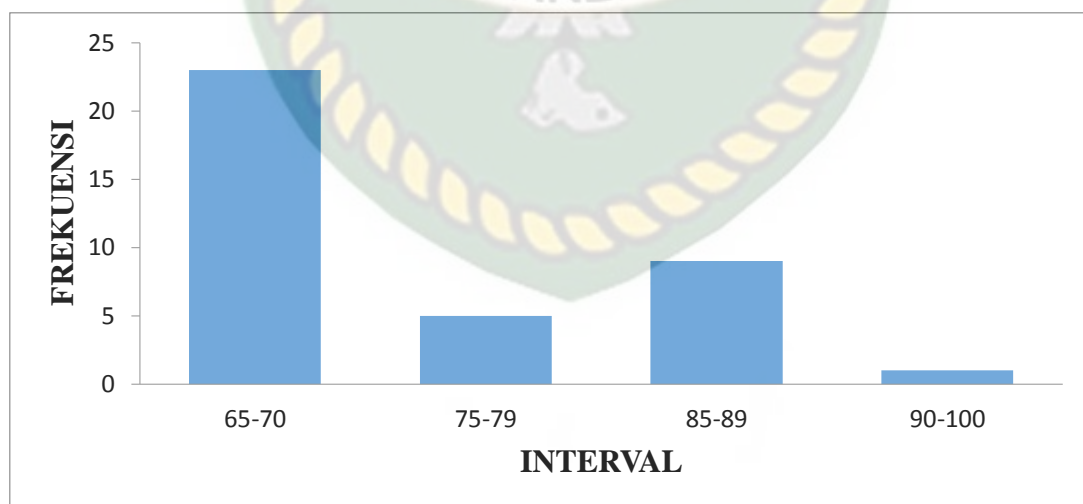
SIKLUS I terdiri dari 2 pertemuan dan 1 kali ulang siklus, alasannya mengapa diadakan ulangan siklus pertama setelah pertemuan kedua selesai karena pada pertemuan pertama penelitian hanya ingin melihat daya serap siswa terhadap materi yang diajarkan dan apakah siswa dapat merespon pembelajaran menggunakan variasi mengajar dengan materi yang sama siswa kelas VIII I SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar dari 33 orang siswa diperoleh hasil sebagai berikut. 24 orang memperoleh hasil dengan katagori kurang baik, 5 orang siswa memperoleh dengan katagori cukup baik, 3 orang siswa memperoleh dengan katagori cukup baik, 1 orang siswa memperoleh hasil dengan katagori sangat baik. Untuk melihat ketuntasan siswa pada Siklus I ini terpapar pada tabel berikut:

Tabel 4 : Distribusi Frekuensi Data Siklus I Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	90-100	Sangat Baik	1	3%
2	70-89	Baik	7	21%
3	50-69	Cukup Baik	4	12%
4	30-49	Kurang Baik	21	64%
5	10-29	Sangat Kurang Baik	-	-
Jumlah			33	100%
Kategori			Kurang baik	

Data Hasil Penelitian

Dari tabel diatas dilihat bahwa persentase ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar pada Siklus I adalah Tuntas 36% (12 siswa), kemudian tidak tuntas Siklus I 64% (21 siswa) dapat di paparkan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Grafik 1. Ketuntasan siswa pada Siklus I tentang upaya meningkatkan *Passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar

1. Refleksi Siklus I

Tahap akhir pelaksanaan PTK adalah refleksi, tujuannya untuk mengetahui kekuatan dan kelemahan selama pembelajaran dengan menggunakan variasi latihan. Refleksi untuk tes unjuk kerja pada teknik dasar *Passing* bawah Siklus I adalah rata-rata perolehan kemampuan teknik dasar *Passing* bawah siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar dalam katagori baik yaitu ada 36% dan dalam katagori kurang baik 64%, 21 dalam katagori kurang baik atau kemudian dengan katagori cukup baik 4 orang atau 7 dalam katagori baik, ada 1 orang siswa yang mencapai ketuntasan dengan katagori sangat baik.

Mencermati kelemahan diatas, maka sebaiknya guru memfokuskan pada siswa yang tampak sulit dan ragu- ragu memahami dan mempraktekan teknik dasar *Passing* bawah dengan baik dan benar. Kemudian guru mengamati respon yang dilakukan oleh siswa, sehingga guru dapat mengoreksi kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *Passing* bawah bola voli.

Maka dari itu penelitian mencoba untuk melakukan tindakan lanjut dengan mengadakan siklus II untuk teknik dasar *Passing* bawah bola voli siswa kelas SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar.

2. Hasil tes siklus II teknik dasar *Passing* bawah bola voli siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar.

Dari data hasil penelitian di atas tes pada siklus II teknik dasar *Passing* bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar, sebanyak 21 orang siswa memperoleh kurang baik, 4 orang siswa

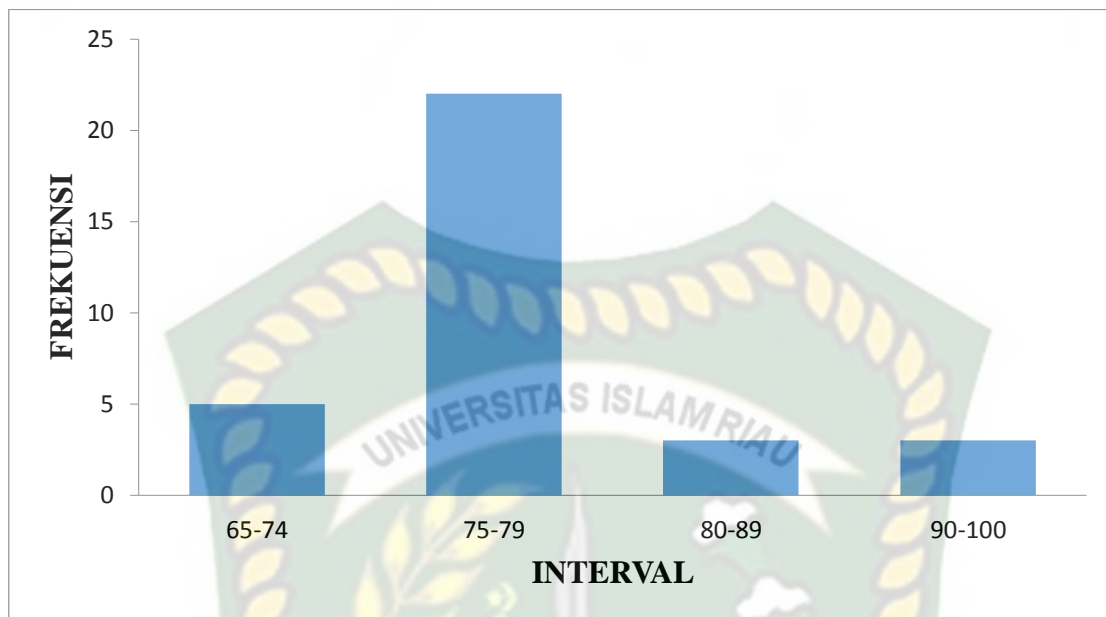
memproleh cukup baik, 7 orang siswa memproleh baik,dan 1 orang memperoleh katagori sagat baik untuk lebih jelasnya terpapar pada tabel berikut:

Tabel 5 : Distribusi frekuensi dan siklus II hasil belajar teknik dasar *Passing* bawah permainan bola voli siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	10-29	Tidak Baik	-	-
2	65-74	Kurang Baik	5	15%
3	75-79	Cukup Baik	22	67%
4	80-89	Baik	3	9%
5	90-100	Sangat Baik	3	9%
Jumlah			33	100%
Kategori			Baik	

Data hasil penelitian untuk lebih jelasnya terpapar pada tabel berikut

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa persentase ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar pada siklus II adalah sebanyak 5 orang dalam kategori kurang baik, 22 orang dalam kategori cukup baik, 3 orang dalam kategori baik dan 3 orang lagi dalam kategori sangat baik untuk dapat dipaparkan dalam bentuk atau grafik sebagai berikut:



Grafik 2. Ketuntasan pada siklus II tentang upaya meningkatkan *Passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar

3. Refleksi siklus II

Perolehan data pada siklus II teknik *Passing* bawah bola voli siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar Dengan rata-rata 22 orang siswa mampu memperoleh nilai tuntas dengan persentase 67%, dan 3 orang siswa mampu memperoleh dengan kategori baik, dan 3 orang siswa mampu memperoleh kategori sangat baik, pada siklus II ini terjadi peningkatan ketuntasan secara klasikal yang signifikan dibandingkan dengan siklus I. Dengan perolehan nilai secara individu siswa sudah mencapai kriteria ketuntasan maksimal KKM 72.

B. Analisis Data

Data yang diperoleh mulai dari Siklus I sampai dengan siklus II mengalami peningkatan yang signifikan. Pada Siklus I 9 orang siswa tuntas, dan pada siklus II 28 orang siswa yang tuntas. Untuk lebih jelasnya terdapat pada tabel berikut:

Tabel 6 : Distribusi frekuensi peningkatan ketuntasan siswa

Mean		Keterangan
Siklus I	Siklus II	Terjadi Peningkatan
36%	85%	

Data hasil olahan penelitian

Ketuntasan hasil belajar siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar pada teknik dasar *Passing* bawah dalam permainan bola voli dengan variasi mengajar dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

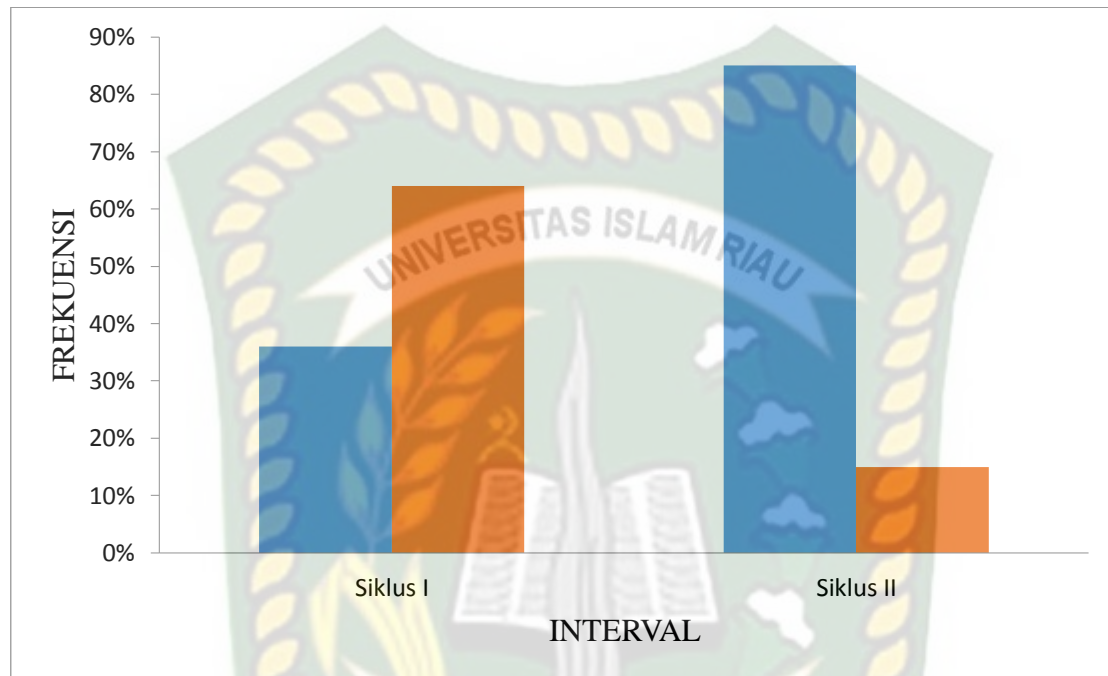
Tabel 7 : Ketuntasan kemampuan siswa dari siklus I, siklus II, pada *Passing* bawah permainan bola voli.

Pembelajaran	Kriteria	Jumlah	Persen (%)
Siklus I	Tuntas	12	36%
	Tidak Tuntas	21	64%
Siklus II	Tuntas	28	85%
	Tidak Tuntas	5	15%

Data olahan penelitian

Dari data ketuntasan kemampuan siswa dari siklus I dan siklus II diatas dapat dilihat bahwa persentase ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar pada siklus I adalah 36% (12 siswa), dan pada siklus II 85% (28 siswa). Siklus I dan tes siklus II dapat perubahan tes *Passing* bawah pada siswa kelas

VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar ketuntasan siswa pada siklus I dan siklus II dan juga dapat dipaparkan dalam bentuk gambar atau grafik sebagai berikut:



Grafik 3. Perbedaan antara Siklus I dan Siklus II dalam melakukan upaya meningkatkan teknik *Passing* bawah permainan bola voli melalui variasi mengajar SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar

C. Pembahasan

Dalam penerapan bentuk variasi mengajar untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII I SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar yang selama ini mempunyai rata-rata tidak mencapai ketuntasan dalam proses pembelajaran. Dengan diterapkan variasi mengajar dalam pembelajaran penjaskesrek mempunyai kelebihan untuk meningkatkan hasil belajar siswa, karena siswa tidak merasa bosan saat melakukan proses belajar mengajar.

Variasi adalah sebagai upaya guru dalam menciptakan kondisi belajar bervariasi sehingga pembelajaran selalu menarik dan efektif tujuannya memelihara pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan serta untuk mendorong peserta didik lebih antusias, bergairah, penuh perhatian, dan berperan aktif. Dari uraian yang dikemukakan sebelumnya, hal ini disebabkan masih rendahnya ketekunan siswa dalam melakukan teknik dan melakukan gerakan masih kaku dan ragu-ragu dalam mengerjakan tangan dan proses pembelajaran yang dibawakan peneliti masih perlu perencanaan yang lebih baik dengan memperhatikan kelemahan dan kekuatan yang telah teridentifikasi pada siklus awal sebagai dasar perbaikan Siklus I dan siklus II.

Pada siklus II siswa baru mencapai hasil yang baik. Hal ini disebabkan siswa mulai mampu melakukan teknik *Passing* bawah hampir benar baik dengan sikap kaki, maupun tangan, hal ini membuktikan bahwa variasi mengajar ternyata dapat meningkatkan kemampuan *Passing* bawah permainan bola voli pada siswa kelas VIII I SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar, karena meningkatkan motivasi belajar siswa dalam *Passing* bawah dan siswa sangat senang melakukan *Passing* bawah sehingga waktu yang telah ditentukan tidak cukup. Guna mendapatkan hasil yang maksimal adalah beberapa faktor yang harus diperhatikan pertama pembinaan dari guru olahraga yakni selama pembinaan pembelajaran guru bukan hanya mengajar dan mengontrol siswa tetapi juga memberikan motivasi kepada siswa, dan disamping itu juga harus tegas terhadap siswa, terbiasa serius dalam mengikuti proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lancar serta tujuan pembelajaran dapat tercapai.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: penerapan permainan bola voli melalui variasi mengajar dapat meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII I SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar.

B. Saran

Dari hasil penelitian diatas, maka peneliti memberikan beberapa saran diantaranya sebagai berikut:

1. Kepada seluruh siswa agar mempraktekan melalui variasi mengajar supaya dapat lebih meningkatkan motivasi belajar dan semangat belajar lagi teknik dasar *Passing* bawah bola voli.
2. Bagi guru, hendaknya setiap guru bidang studi khususnya guru Pendidikan jasmani lebih kreatif untuk membuat dan menerapkan metode belajar yang dapat meningkat semangat belajar siswa.
3. Sekolah, diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat melengkapi sarana dan prasarana olahraga.
4. Bagi peneliti, sebagai bahan menambah ilmu diluar ilmu yang telah didapat di bangku kuliah tentang penguasaan suatu cabang olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta : Era Pustaka Utama.
- Aji, Sukma. 2016. *Buku Olahraga Paling lengkap*. Jakarta : PT. Serambi Semesta Distribusi.
- Arikunto, Suharsimi. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Aziz. (2018). Penerapan Strategi Pembelajaran Sesama Teman Dalam Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VII.1 SMP Negeri 21 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2,(1), 52-60.
- Barbara, L.,V.,MS. 2004. *Bola Voli*. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.
- Beutelstahl, Dieter. 2013. *Belajar Bermain Bola Volly*. Bandung : Pioner Jaya.
- Ernailis. 2016. Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Strategi Pembelajaran Sesama Teman pada Siswa Kelas IV Siswa Negeri 001 Empat Balai Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *e-Journal Primary Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*. Vol.5(1).
- Haprabu,E,S, (2017). Upaya meningkatkan kemampuan *Passing* bawah bola voli dengan menggunakan media bola modifikasi dan permainan sederhana pada siswa kelas V SD negeri karang turi wongiri *jurnal ilmiah spirit*,17,61-72.
- Hidasari,P. H.(2017), upaya meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah bola voli melalui variasi pembelajaran peserta didik .23,1-8.
- Hidayat, Widodo. 2017. *Bola Voli*. Jakarta Timur : Anugrah.
- Husdarta. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Lubis, A. E dan Muhammad, A. 2017. Peningkatan hasil belajar *Passing* atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol.13(2).
- Mahardika, I M G Arta. 2015. Pengaruh Variasi Pelatihan *Passing* terhadap Kemampuan Melakukan *Passing* Atas pada Permainan Bola Voli pada Siswa Smalb Slb B Negeri Sidakarya Tahun Ajaran 2014/2015. *e-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*. Vol.5(1):3.
- Mariyanto M,(1996). *Permainan bola besar (bolavoli)*. Jakarta: universitas terbuka.

- Peter, Waite. 2009. Model Latihan *Passing* bawah Bola voli pada siswa sekolah menengah pertama. *e-journal program pascasarjana pendidikan jasmani universitas negeri jakarta, rawamangun muka, jakarta timur*.
- Priyantoro, B dan Prihanto, J.B. 2015. Penerapan Media Audiovisual (Video) Terhadap kemampuan *Passing* bawah dalam pembelajaran bola voli (studi pada siswa kelas VIII SMPN 1 purwoasri kediri). *e-Journal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol.3(3):766.
- Rendy abrasy.Bambang sujiono. Dupri.(2018). Model latihan *Passing* bawah bola voli pada siswa sekolah menengah pertama.*Journal sport area*, 13,168-178.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Litera Prenada Media Group
- Sudijono, A. 2011. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.
- Sunardi, dan Kardiyanto.2013. pengembangan teknik pembelajaran *Passing* bawah permainan bola voli SMP kelas VII. *e-journal pendidikan jasmani dan kesehatan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan, universitas sriwijaya*.
- Syafruddin. 2013. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang : UNP.
- Syarifah, (2014).upaya meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah bola voli melalui variasi pembelajaran dan media audio visual kelas VIII A Smp negeri 6 padang bolak kabupaten padang lawas utara. 7,21-33.
- Zaini, H. (2007). *Strategi Pembelajaran Aktif*. Yogyakarta. CTSD