

**PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI
MELALUI METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS X IPA
MAN 3 INDRAGIRI HILIR**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Strata Satu (SI) Sarjana Pendidikan Penjaskesrek
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau Pekanbaru*



OLEH :

MUHAMMAD ARBIANTO

NPM : 186610009

PEMBIMBING

Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd

NIDN : 1006128801

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

2022

PENGESHAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap :

Nama : MUHAMMAD ARBIANTO
NPM : 186610009
Jenjang studi : Strata Satu (SI)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul skripsi : Peningkatan Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

PEMBIMBING UTAMA

Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1006128801

Mengetahui
Ketua Program Pendidikan Jasmani dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau

LENI APRIANI, S.Pd., MPd
NIDN. 1005048901

Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam Riau

Wakil Dekan Bidang Akademik FKIP UIR

Dr. MIRANTI EKA PUTRI, M.Ed
NIDN. 1005068201

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : MUHAMMAD ARBAINTO
NPN : 186610009
Jenjang Studi : Strata Satu (SI)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Peningkatan Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

PEMBIMBING UTAMA

Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1006128801

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau

LENI APRIANI, M.Pd
NIDN. 1005048901

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nam : MUHAMMAD ARBIANTO
NPM : 186610009
Jenjang Studi : Strata Satu (SI)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul skripsi : Peningkatan Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

Telah selesai menyusun skripsi dan siap untuk diajukan.

Demikian surat ini dibuat, agar dapat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

PEMBIMBING

PEKANBARU

Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1006128801

ABSTRAK

PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS X IPA MAN 3 INDRAGIRI HILIR.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang peningkatan teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir. Adapun jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian PTK (penelitian tindakan kelas). Subjek dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir yang berjumlah 20 orang siswa. Data awal siklus I tes *passing* bawah bola voli melalui metode bermain menunjukkan bahwa siswa yang mencapai KKM hanya 65%, yaitu siswa yang tuntas 13 orang siswa dan 35%, yaitu siswa yang tidak tuntas 7 orang siswa. Pada siklus ke II tes *passing* bawah bola voli melalui metode bermain mengalami peningkatan sebesar 85% sebanyak 17 orang siswa yang tuntas mencapai KKM dan 15% yaitu siswa yang tidak tuntas sebanyak 3 orang siswa. Dari hasil penelitian ini yang didapat pada siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli menggunakan metode bermain sangat tepat dan berhasil digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir.

Kata kunci : Passing Bawah Metode Bermain

ABSTRACT

IMPROVEMENT OF BASIC TECHNIQUES OF VOLLYBALL LOWER PASSING THROUGH THE PLAY METHOD IN CLASS X IPA MAN 3 INDRAGIRI HILIR.

This study aims to find out about improving the basic technique of passing down volleyball through the playing method in class X Ipa student of MAN 3 Indragiri Hilir. This type of research uses the type of CAR research (classroom action research). The subjects in the study were all students of class X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir, totaling 20 students. The initial data in the first cycle of the volleyball bottom passing test though the playing method showed that only 65% of students achieved the KKM, i.e. Students who completed 13 students and 35%, namely students who did not completed 7 students. In the second cycle, the volleyball bottom passing test through the playing method increased by 85% as many as 17 students who completed reaching the KKM and 15% namely students who did not complete as many as 3 students. It was concluded that the volleyball game using the playing method was very precise and was successfully used to improve the passing skills of students in class X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

Keywords : passing under the playing method



YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

F.A.3.10

Jalan Kaharuddin Nasution No. 113 P. Marpoyan Pekanbaru Riau Indonesia – Kode Pos: 28284
 Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Website: www.uir.ac.id Email: info@uir.ac.id

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR
SEMESTER GENAP TA 2021/2022

NPM : 186610009
 Nama Mahasiswa : MUHAMMAD ARBIANTO
 Dosen Pembimbing : 1. Dr RAFFLY HENJILITO S.Pd., M.Pd 2.
 Program Studi : PENDIDIKAN OLAHRAGA (PENJASKESREK)
 Judul Tugas Akhir : PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI
 METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS X IPA MAN 3 INDRAGIRI HILIR
 Judul Tugas Akhir (Bahasa Inggris) : IMPROVEMENT OF BASIC TECHNIQUES OF VOLUME BALL PASSING
 THROUGH THE PLAYING METHOD ON STUDENTS OF CLASS X IPA MAN 3
 INDRAGIRI HILIR
 Lembar ke : I (satu)

No	Hari/Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Hasil / Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	23 – 12 – 2021	Kata pengantar, daftar isi, ukuran kertas, jurnal, bentuk permainan	Perbaikan kata pengantar, daftar isi, ukuran kertas, jurnal, bentuk permainan	
2	28 – 12 – 2021	Acc Proposal	Acc Proposal	
3	30 – 05 – 2022	Abstrak, dokumentasi, ukuran kertas	Perbaikan abstrak, dokumentasi, ukuran kertas	
4	2 – 06 – 2022	Acc Skripsi	Acc Skripsi	

Pekanbaru, 02 juni 2022
 Wakil Dekan I/Ketua Departemen/Ketua Prodi



MTG2NJEWMDA5

(Dr. MIRANTI EKA PUTRI, M.Ed)
NIDN. 1005068201

Catatan :

1. Lama bimbingan Tugas Akhir/ Skripsi maksimal 2 semester sejak TMT SK Pembimbing diterbitkan
 Kartu ini harus dibawa setiap kali berkonsultasi dengan pembimbing dan HARUS dicetak kembali setiap memasuki semester baru 2. melalui SIKAD
3. Saran dan koreksi dari pembimbing harus ditulis dan diparaf oleh pembimbing
4. Setelah skripsi disetujui (ACC) oleh pembimbing, kartu ini harus ditandatangani oleh Wakil Dekan I/ Kepala departemen/Ketua prodi
5. Kartu kendali bimbingan asli yang telah ditandatangani diserahkan kepada Ketua Program Studi dan kopyannya dilampirkan pada 5. skripsi.

Dokumen ini adalah Arsip Miik :
 Perpustakaan Universitas Islam Riau

6. Jika jumlah pertemuan pada kartu bimbingan tidak cukup dalam satu halaman, kartu bimbingan ini dapat di download kembali 6.melalui SIKAD.

SURAT PERNYATAAN

Nama : MUHAMMAD ARBIANTO
Npm : 186610009
Jenjang studi : Strata Satu (SI)
Program Studi : pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Peningkatan Teknik Dasar *Passing* Bawah Bola Voli
Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas X Ipa MAN 3
Indragiri Hilir

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat
2. Penulis yang saya lakukan murni dari karya sendiri, kecuali ringkasan dan kutipan yang penulis ambil dari berbagai narasumber yang dibimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh dekan FKIP Universitas Islam Riau
3. Jika ditemukan ini skripsi yang merupakan duplikat murni dari skripsi orang lain, maka saya bersedia menerima skripsi pencabutan gelar ijazah yang telah saya terima dan saya dituntut sesuai dengan praturan perundang-undang yang berlaku

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

Khairiah Mandah, Juni 2022

MUHAMMAD ARBIANTO
NPM. 186610009

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur kepada ALLAH SWT berkat rahmat, hidayah, dan karunia-nya kepada kita semua sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal yang berjudul **“UPAYA PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI METODE BERMAIN PADA SISWA KELAS X IPA MAN 3 INDRAGIRI HILIR”** laporan proposal ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan tugas akhir

Shalawat serta salam kita kirim kepada junjungan alam nabi besar Muhammad SAW, Dalam menyelesaikan proposal ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan serta dorongan dan kemudahan dari berbagai pihak untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Leni Apriani, S.Pd.,M.Pd sebagai kepala jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi pada fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas islam riau.
2. Dr. Raffly Henjilito, S.Pd., M.Pd sekretaris jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi universitas islam riau sekaligus dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan serta sumbangan pemikiran dalam menyelesaikan proposal ini.
3. Bapak/ibu dosen program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas islam riau yang telah banyak

sekali memberikan pengajaran dan cara berbagi disiplin ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di universitas islam riau.

4. terimakasih kepada ibu dan bapak saya yang sudah memberi semangat serta dorongan kepada saya serta selalu mendoakan saya.
5. Terima kasih kepada abang-abang saya, yaya noviandi S.Pd, i made bayu dwi anggara S.Pd, dan masveri S.Pd yang telah memeberikan do'a dan dorongannya kepada saya. Terima kasih kepada semua keluarga dan rekan-rekan yang telah memberikan semangat dan motivasi serta do'anya.
6. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya, ovi alviandi, nanang sisworo, handri lestari, jevi purwanto yang telah memberikan motivasi dan semangat kepada saya.
7. Terima kasih kepada kakak saya rini wahyuni S.Pd yang telah membantu saya dan memberikan motivasi semangat kepada sayav dalam melakukan penelitian serta memberikan dorongan kepada saya.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang bapak, ibu dosen dan rekan-rekan berikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlimpah dari ALLAH SWT. Akhirnya peneliti menyadari bahwa proposal ini belum sempurna, oleh karna itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengaharapkan saran dan kritikan yang membangun dari semua pihak.

Pekanbaru, desember 2022

MUHAMMAD ARBIANTO

DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Idenfikas Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitia	6
BAB II KAJAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	7
1. Hakikat <i>passing</i> Bawah	7
a. pengertian <i>passing</i> bawah	7
b. teknik dasar <i>passing</i> bawah	8
c. bentuk-Bentuk Kesalahan dalam <i>Passing</i> Bawah	9
2. Hakikat Metode Bermain	10
B. Kerangka Berpikir	15
C. Hipotesis Tindakan	16

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	17
B. Populasi dan Sampel	22
C. Definisi Operasional	22
D. Pengembangan Instrumen	22
E. Teknik Pengumpulan Data	25
F. Teknik Analisis Data	25

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Data	28
.....	
B. Deskripsi Hasil Penelitian	32
C. Kesimpulan	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	40
B. Saran	40

DAFTAR PUSTAKA	42
-----------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Metode Bermain.....	13
Gambar 2. Metode Bermain.....	14
Gambar 3. metode Bermain.....	15
Gambar 4. Skema PTK.....	19
Gambar 5. Histogram Penilaian Siklus I.....	30
Gambar 6. Histogram Penilaian Siklus II.....	32
Gambar 7. Perbandingan Histogram Penilaian Siklus I dan II.....	38
Gambar 8. Dokumentasi Penelitian.....	56



DATAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Subjek Penelitian	23
Tabel 2. Rubrik Penilaian	25
Tabel 3. Interval Kategori	26
Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Data Siklus I	30
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Siklus II.....	32
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Siswa	38



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan upaya dalam bentuk bimbingan, pengajaran dan latihan untuk mempersiapkan manusia dalam menghadapi peranannya pada masa yang akan datang Pendidikan nasional adalah pendidikan yang berdasarkan pada Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 serta berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan menjadikan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa (Permendiknas No. 23 Tahun 2006).

Didalam dunia pendidikan terdapat berbagai disiplin ilmu yang diajarkan kepada peserta didik, salah satunya ialah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Permendiknas No. 23 Tahun 2006 memberikan arti bahwa pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran stabilitas emosional, moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional Olahraga dan pendidikan jasmani sering diartikan sebagai dua hal yang sama, akan tetapi olahraga dan pendidikan jasmani sebenarnya memiliki perbedaan yang cukup signifikan. Berbeda dengan olahraga yang biasanya lebih bersifat kompetitif dan mengunggulkan prestasi,

didalam pendidikan jasmani lebih diutamakan keterampilan proses dari pada pencapaian prestasi.

Pendidikan olahraga memiliki peran yang sangat penting serta taktik dan juga strategi dalam membentuk bangsa. Pendidikan bisa sebagai salah satu sarana pada perkembangan olahraga di sekolah, melakukan olahraga secara teratur setiap minggunya bisa berdampak pada meningkatnya kebugaran. Muaranya memperbaiki kesehatan, terutama bagi para kaum muda.

Pendidikan jasmani serta kesehatan pada sekolah menengah atas pertama merupakan mata pelajaran yang harus dicantumkan dalam kurikulum. Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani serta kesehatan terdapat banyak macam-macam cabang olahraga diantaranya atlet serta pemain. Di antara pemain ada bermacam-macam beragam jenis permainan yang salah satunya merupakan yaitu bola voli. Sebagaimana yang sudah terdapat dalam undang-undang republik indonesia NO. 3 tahun 2005 pasal 25 ayat 6: “buat menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan. Di setiap jalur pendidikan dapat di buat unit aktivitas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah keluarga, serta diselenggarakan kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”

Berdasarkan uraian di atas bisa dijelaskan bahwa olahraga artinya suatu bentuk aktivitas yang memerlukan pelatihan serta pengembangan, baik melalui jalur keluarga, jalur pendidikan juga jalur rakyat. Pada jalur pendidik yang dimaksud ialah bagi siswa yang terdapat di sekolah. Banyak jenis olahraga yang memerlukan pelatihan, salah satunya ialah merupakan olahraga bola voli.

Untuk dapat bermain bola voli secara baik di butuhkan yaitu penguasaan berbagai macam teknik. Salah satu teknik yang dibutuhkan adalah teknik Passing bawah, teknik passing baawah merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting yang harus dikuasai, karna teknik dasar passing bawah ini digunakan pada permainan bola volli tingkat dasar. Untuk melakukan passing bawah dibutuhkan ketangkasan, gerakan yang cukup cepat, kordinasi mata serta tangan yang baik, kekuatan tangan dan kesiapan mental.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di MAN 3 Indragiri Hilir diketahui adanya beberapa persoalan hal-hal yang terjadi di antaranya siswa kurang termotivasi dengan permainan bola voli dan belum memahami teknik-teknik dalam permainan bola voli terutama teknik dasar passing bawah, saat melakukan passing bawah masih banyak sekali siswa yang belum bisa menguasai teknik dasar passing bawah bola volli diantaranya: posisi kaki, posisi badan, posisi kedua tangan, dan gerakan lanjutan. Bagian-bagia tubuh tadi merupakan salah satu rangkain gerakan passing bawah yang tidak dapat dipisahkan pelaksanaanya untuk menghasilkan kualitas passing bawah yang baik dan benar. Sehingga dapat dikatakan bahwa kemampuan passing bawah siswa masih rendah. oleh sebab itu peneliti termotivasi untuk mengembangkan teknik dasar passing bawah dalam meningkatkan motivasi siswa pada permainan bola voli.

Untuk mencapai suatu tujuan pembelajaran diharapkan metode yang digunakan harus tepat yang bisa dianggap cocok pada tenik dasar passing bawah dalam permainan bola voli di MAN 3 Indragiri Hilir, salah satu metode yang digunakan adalah metode bermain. Metode bermaian merupakan metode yang

merujuk pada tindakan atau perbuatan oleh guru, yang dimaksud buat memacu serta mengikat perhatian siswa selama pembelajaran itu berlangsung, umumnya metode bermain ini banyak sekali dilakukan oleh guru penjas kesrek. Oleh sebab itu untuk mengetahui hal tersebut perlu pembuktian melalui sebuah penelitian.

Metode bermain yaitu metode pembelajaran yang menekankan disuatu kegiatan dalam proses interaksi/hubungan belajar mengajar yang ditunjukan buat mengatasi sebuah kebosanan siswa sehingga nantinya dalam belajar mengajar siswa senantiasa menggambarkan ketekunan, antusiasme, serta partisipasi. Didalam metode ini dituntut untuk selalu berperan aktif dalam proses pembelajaran karna keaktifan dan kekreatifan sangatlah dibutuhkan supaya siswa tersebut tidak merasakan kebosanan dan jenuh dalam pembelajaran penjas disekolah.

Dengan adanya metode bermain tersebut siswa tidak akan merasakan bosan ataupun jenuh dalam proses belajar mengajar dan pastinya akan lebih semangat sehingga nantinya akan menumbuhkan rasa percaya diri serta mempunyai kemampuan menguasai bola dengan sangat baik.

Disamping itu juga belum tercapainya KKM permainan bola voli siswa kelas X MAN 3 Inhil pada tanggal 03 januari 2022 di peroleh informasi bahwasanya KKM yang di tetapkan disekolah tersebut adalah 75.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan berjudul “Peningkatan Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir.”

B. Identifikasi Masalah

Sebagaimana sudah dijelaskan pada latar belakang di atas maka masalah didalam penelitian ini adalah:

1. Saat menerima servis siswa passingnya tidak mengarah ke arah toser
2. Saat melakukan servis posisi badan tegak lurus, seharusnya posisi badan sedikit dibungkukkan
3. Saat menerima servis perkenaan bola hanya satu tangan yang menyebabkan arah bola ke samping luar lapangan
4. Posisi kaki yang tegak lurus tidak dibuka selebar bahu dan tidak di tekukkan sedikit
5. Posisi tangan bengkok saat menerima bola.

C. Pembatasan Masalah

Meningkat banyaknya permasalahan yang terdapat serta keterbatasan waktu, dana dan kemampuan, maka penulis membatasi persoalan pada penelitian yaitu peningkatan teknik dasar passing bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir.

D. Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang masalah serta pembatasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan bagaimana peningkatan teknik dasar passing bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas yang telah diuraikan, tujuan peneliti yang hendak dicapai ialah: untuk mengetahui peningkatan teknik dasar passing bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir.

F. Manfaat Penelitian

Kegunaan serta manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.) Bagi siswa untuk menambah serta meningkatkan pengetahuan dan kemampuan siswa serta semangat siswa untuk berprestasi dalam olahraga khususnya bola voli.
- 2.) Bagi guru, bisa dijadikan menjadi sebuah pengajaran supaya dapat lebih mudah dalam mengajarkan berbagai macam teknik dan taktik didalam permainan bola voli.
- 3.) Bagi sekolah, dapat dijadikan untuk menambahkan prestasi olahraga permainan bola voli tersebut.
- 4.) Bagi seorang peneliti, untuk mengetahui salah satu syarat untuk mendapatkan sebuah gelar sarjana pendidikan di universitas islam riau.
- 5.) Bagi fakultas, bisa dijadikan hal yang sangat penting untuk di baca dan bagi mahasiswa lainnya khususnya yaitu untuk permainan bola voli.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat *passing* Bawah

a. pengertian *passing* bawah

passing bawah merupakan suatu teknik dasar yang dipergunakan pada permainan bola voli, yang sangat lebih banyak didominasi yaitu *passing* bawah. *Passing* bawah adalah *passing* yang dilakukan apabila bola yang datang berada di depan atau samping badan setinggi perut kebawah dengan posisi jari tangan mengempal (sucifirawati dalam Atsani, 2020). Menurut Greg Bach (dalam Abrasyi et al., n.d.) menjelaskan *passing* bawah adalah umpan yang diberikan kepada teman satu tim yang menggunakan lengan yang lurus dan dikunci, dengan telapak tangan yang menyilang, telapak tangan ditekan oleh ibu jari dan telapak tangan menghadap ke atas. *Passing* bawah merupakan teknik pada permainan bola voli yang sangat mendasar. *Passing* bawah digunakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan (Herry Koesyanto dalam Indriyani, 2011).

Menurut pardijono (dalam Novianto & Hidayat, 2017) menjelaskan *passing* bawah adalah bentuk gerakan teknik dasar yang dilakukan dengan bola di depan badan setinggi perut kebawah. Sedangkan Lestari (dalam SOLEMAN, 2020) menjelaskan *passing* bawah pada permainan bolavoli digunakan untuk menerima servis, spike yang di arahkan dengan keras, bola-bola jatuh, dan bola yang mengarah ke jaring. Menurut Nuril (dalam Bule & Donie, 2020) menjelaskan

passing bawah adalah suatu teknik memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah. Passing merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang berfungsi untuk memberikan umpan kepada teman satu tim (Ahmadi dalam Kastrena et al., 2020).

Menurut Arma Abdullah, (dalam Jamaliah, n.d.) mengatakan bahwa passing bawah adalah salah satu teknik dalam permainan bola voli yang dilakukan dengan cara tertentu yang tujuannya adalah mengoper bola yang dimainkan sergunya. Menurut Muhajir (dalam Sahputra et al., 2020) menjelaskan *passing* bawah dalam permainan bola voli adalah usaha atau upaya seseorang pemain dengan menggunakan suatu taktik tertentu untuk mengoper bola yang dimainkannya kepada teman sergunya untuk dimainkan dilapangan sendiri. Sedangkan menurut M.E.Winarno (dalam Pratiwi & Anggara, 2021) menjelaskan passing bawah akan dilakukan oleh seseorang pemain apabila bola yang datang jatuh berada di depan atau samping badan setinggi perut ke bawah.

Sesuai kutipan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *passing* bawah adalah suatu teknik dasar pada permainan bolavoli yang mengatur sebuah serangan atau sebagai salah satu untuk menyusun pola serangan di daerah sendiri.

b. Teknik dasar *passing* bawah

Menurut Barbara L (dalam Iskandar, 2013) cara untuk melakukan teknik dasar passing bawah adalah :

Tahap persiapan

- 1.) Bergerak ke arah bola dan atur posisi tubuh
- 2.) Genggaman jari tangan
- 2.) Kaki dalam posisi merenggang dengan santai, bahu terbuka lebar
- 3.) Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah
- 4.) Bentuk landasan dengan lengan
- 5.) Ibu jari sejajar
- 6.) Siku terkunci
- 7.) Lengan sejajar dengan paha
- 8.) Punggung lurus
- 9.) Mata mengikuti bola

Tahap pelaksanaan

- 1.) Menerima bola di depan badan
- 2.) Sedikit mengeluarkan kaki
- 3.) Tidak mengayunkan lengan
- 4.) Berat badan dialihkan ke depan
- 5.) Pukullah bola jatuh dari badan
- 6.) Gerakkan landasan ke sasaran
- 7.) Pinggul bergerak kedepan
- 8.) Perhatikan bola saat menyentuh lengan

Tahapan gerakan lanjutan

- 1.) Jari tangan tetap di genggam
- 2.) Siku tetap terkunci
- 3.) Landasan mengikuti bola kesasaran
- 4.) Lengan harus sejajar dengan bahu
- 5.) Pindahkan berat badan ke arah sasaran
- 6.) Perhatikan bola bergerak ke sasaran

Menurut Sukrisno, dk. (dalam Ernalis, 2016) cara melakukan gerakan dasar *passing* bawah

- 1.) Kedua lutut ditekuk
- 2.) Badan condong kedepan
- 3.) Tangan lurus ke depan (antara lutut dan bahu)
- 4.) Persentuhan bola pada pergelangan tangan
- 5.) Pandangan mata ke depan
- 6.) Koordinasi gerakan lutut dan bahu

c. Bentuk-bentuk kesalahan pada *passing* bawah

Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi ketika melakukan passing bawah adalah :

- 1.) Lengan terlalu tinggi ketika memukul bola
- 2.) Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang dioper terlalu rendah dan kencang
- 3.) Tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka
- 4.) Lengan terpisah sebelum, pada saat atau sesaat, sesudah menerima bola sehingga operan salah
- 5.) Bola mendarat di lengan daerah siku atau menyentuh tubuh (Barbara, L. Viera, dalam Totales et al., 2020)

Sesuai kutipan yang ada di atas dapat disimpulkan cara memperbaiki kesalahan-kesalahan *passing* bawah dengan guru pengajar harus wajib memperhatikan gerak dasar saat melakukan *passing* bawah seperti posisi kaki, posisi tangan, posisi badan serta sikap-prilaku awal saat melakukan teknik dasar *passing* bawah.

2. Hakikat metode bermain

a. pengertian metode bermain

Metode bermain merupakan suatu upaya pembelajaran yang cukup menyenangkan supaya anak-anak saat mengikuti pembelajaran tidak mengalami kejenuhan dan kebosanan. Menurut Musfirah (dalam IFRIANTI, 2015) mengungkapkan bahwa metode bermain adalah metode yang sangat relevan,

efektif, dan cocok untuk diterapkan oleh guru dalam proses pembelajaran di sekolah dari segi pengembangan kognitif, psikomotorik, dan efektif. Sehingga metode bermain diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peserta didik, daya kreativitas, keterampilan memecahkan masalah walaupun dalam bentuk yang sangat sederhana. Menurut Moeslichatoen (dalam Astria et al., 2015) menyatakan bahwa metode bermain merupakan kegiatan yang dapat membantu mengembangkan kreativitas, dan fisik motorik anak, yaitu melakukan kegiatan yang mengandung kelenturan.

Menurut Mutiah (dalam Astria et al., 2015) juga menyatakan bahwa, metode bermain ialah kegiatan yang dapat membantu mengembangkan perkembangan dan pengetahuan anak, salah satunya perkembangan fisik motorik anak. Metode bermain adalah suatu bentuk kegiatan yang memberikan kepuasan pada diri anak dan bersifat non serius, lentur, dan bahan bermain terkandung dalam kegiatan secara imajinatif ditransformasi sepadan dengan dunia orang dewasa. Oleh karena itu bermain sambil belajar (bermain peran) adalah merupakan suatu hal yang penting untuk meningkatkan perkembangan daya sikap (efektif) peserta didik (Moeslicatoen, dalam IFRIANTI, 2015).

Dari pendapat para ahli di atas dapat di simpulkan bahwa metode bermain merupakan suatu upaya pembelajarn yang cukup menyenangkan supaya anak-anak saat mengikuti pembelajaran tidak mengalami kejenuhan dan kebosanan. Sehingga metode bermain diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peserta didik, daya kreativitas, keterampilan memecahkan masalah walaupun dalam bentuk yang sangat sederhana.

Berdasarkan dari kutipan di atas dapat di simpulkan bahwa metode bermain merupakan suatu upaya pembelajaran yang cukup menyenangkan supaya anak-anak saat mengikuti pembelajaran tidak mengalami kejenuhan dan kebosanan.

b. Jenis-jenis metode permainan.

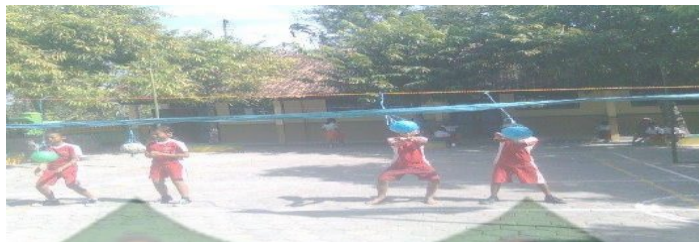
a.) Permainan bola gantung

1) Tujuan

Tujuan dari permainan bola gantung ini yaitu untuk meningkatkan teknik-teknik yang baik dan benar terhadap passing bawah.

2) Pelaksanaan

Bola voli di masukan kedalam jaring yang diikat pada tali yang dibentangkan kepada dua tiang, dengan ketinggian kira-kira setinggi pinggang kemudian dengan posisi passing bola di pukul kedepan dan akan kembali dan dipukul kembali berulang-ulang. Tali di bentangkan kepada dua tiang, kemudian bola voli dimasukan kedalam jaring dan diikatkan pada tali tersebut berjejer-jejer dengan jarak 1 meter. Ketinggian bola voli yang digantung kira-kira setinggi pinggang anak atau bisa juga di sesuaikan dengan ketinggian masing-masing anak. Dengan posisi passing bawah bola bola di pukul kedepan dan pastinya bola akan kembali lagi dan siap untuk di passing lagi dan kembali lagi, passing lagi berulang-ulang yang pada dasarnya anak tidak akan berulang kali mengambil bola, karna setiap kali anak melakukan passing bawah maka bola akan kembali lagi siap untuk di passing, begitu seterusnya. Sumber: (SAMSUDI, 2016)



Gambar 1 permainan bola gantung (SAMSUDI, 2016)

3) penilaian

Penilaian yang di ambil yaitu : 1.) Sikap berdiri 2.) arah pandangan 3.) posisi ke2 tangan.

b. Permainan membentuk lingkaran

1) Tujuan

Tujuan dari permainan membentuk lingkaran ini adalah untuk meningkatkan gerakan-gerakan teknik dasar passing bawah dan melatih bekerja sama dengan anggota lain.

2) Pelaksanaan

Siswa di beri perkelompok sebanyak 6 orang dan membentuk sebuah lingkaran dengan satu siswa yang harus berada di posisi tengah lingkaran tersebut, kemudia siswa yang berada di posisi tengah lingkaran memberikan operan kepada teman-teman yang ada di lingkaran tersebut, secara bergantian siswa tersebut harus melakukan passing bawah pada teman-teman yang mengelilinginya.



Gambar 2 permainan membentuk lingkaran (Fajri, 2019)

3) Penilaian

Penilaian yang di ambil adalah 1.) perkenaan bola dengan tangan 2.) posisi badan.

c. Permainan kucing-kucingan

1) Tujuan

Tujuan dari permainan kucing-kucingan ini adalah untuk meningkatkan kecepatan, kesigapan, ketahanan fisik.

2) Pelaksanaan

Permainan passing bawah bola voli dimainkan oleh enam orang atau lebih. Anggota yang menang disebut tikus dan suatu anggota yang kalah disebut kucing yang harus mengejar tikus dan menangkap bola yang dimainkan oleh para tikus.

Cara bermainnya: sebelum melakukan permainan ke enam anak melakukan suit atau hompipa terlebih dahulu, sampai ada satu anak yang kalah. Lima anak membuat lingkaran dengan jarak yang agak jauh dan tidak terlalu rapat sebagai

anggota yang menang atau tikus, lalu satu sisi berada ditengah-tengah lingkaran tersebut sebagai anggota yang kalah atau kucing. Anggota yang menang harus melakukan *passing* bawah dengan sesama anggota yang menang. Sedangkan tugas anggota yang kalah berusaha menangkap bola yang dipassing oleh anggota yang menang. Apabila anggota yang menang melakukan *passing* bawah yang tidak tepat pada sasaran dan bola ditangkap oleh anggota yang kalah, maka yang terakhir melakukan *passing* bawah menjadi anggota yang kalah. Ataupun *passing* yang dilakukan anggota yang menang tidak dapat dijangkau oleh anggota yang lainnya sehingga jatuh ke tanah, maka anggota yang terakhir menyentuh bola menjadi kucing atau kalah.



Gambar 3 permainan kucing-kucingan (Sucifirwati, 2020)

3) penilaian

Penilaian yang di ambil ialah : 1.) kecepatan 2.) ketepatan saat melakukan *passing* bawah.

B. Kerangka pemikiran

Sesuai dengan topik penelitian peningkatan kemampuan passing bawah melalui teknik bermain. Passing bawah artinya suatu teknik dasar permainan bolavoli yang merupakan salah satu teknik-teknik tertentu seperti halnya sikap kaki, tubuh, dan tangan yang benar agar nantinya menghasilkan passing yang baik. Sedangkan metode bermain suatu bentuk yang pengajarannya dengan memperagakan sebagai salah satu contoh yang nantinya dapat ditiru oleh siswa itu sendiri. Sehingga nantinya lebih tepat didalam pembelajaran dalam passing bawah bola voli.

Passing bawah merupakan suatu teknik dasar yang sangat penting didalam permainan permainan bolavoli. Passing bawah ini biasanya digunakan dalam langkah pertama untuk menyusun sebuah pola serangan ke tim lawan dengan cara mengoperkan bola tersebut ke keteman setim (teman satu tim) selain itu juga passing bawah biasanya digunakan sebagai salah satu dasar pertahanan tim dari sebuah serangan musuh. Passing bawah ini dilakukan yaitu kedua di buka sedikit selebar bahu serta kedua lututnya sedikit di tekuk dengan posisi badan sedikit dibungkukkan kedepan, serta rapatkan dan luruskan kedua lengan kedepan badan sehingga kedua ibu jarinya rata/sejajar. Kemudian ayunkan kedua lengan secara bersamaan ke posisi arah datangnya bola, dalam hal ini siku harus benar-benar dalam keadaan yang lurus. Pada saat bola mengenai kedua tangan lutut kemudian kaki di luruskan, pada saat melakukan passing bawah ke arah depan ayunkan lengan tidak lebih dari 90 derajat dengan bahu atau badan.

Berdasarkan uraian penjelasan di atas tersebut, penulis kemudian berfikir bahwa semakain bagus penerapan sebuah pembelajaran maka semakin baik pula

peningkatan passing bawah pada permainan bola voli pada siswa kelas XI Ipa MAN 3 Indragiri Hilir.

C. Hipotesis Tindakan

Hipotesis tindakan dalam penelitian ini diajukan dalam sebuah bentuk pertanyaan peneliti yaitu: Apakah terdapat peningkatan teknik dasar passing bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir?



BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian tindakan kelas. Menurut Kunandar (dalam Anda Juanda, 2016) penelitian tindakan kelas adalah suatu bentuk penelitian reflektif dan kolektif yang dilakukan peneliti dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran praktek sosial mereka. Kemudian mereka mendefinisikan tindakan kelas adalah penelitian untuk membantu seseorang dalam mengatasi secara praktis persoalan yang dihadapi dalam situasi darurat dan membantu pencapaian tujuan ilmu sosial dengan kerja sama dalam kerangka etika yang disepakati bersama. Penelitian tindakan kelas juga dapat diartikan sebagai suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan oleh guru dikelasnya sendiri dengan jalan merancang, melaksanakan, mengamati dan merefleksikan tindakan melalui beberapa siklus secara kolaboratif dan partisipatif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu proses belajar dikelasnya.

Penelitian tindakan kelas adalah hasil dari perkembangan dari penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan ialah penelitian yang dilakukan didalam pembelajaran tentunya pembelajaran penjas menggunakan bantuan orang lain pada setiap tim atau dari sebagian suatu “komunitas praktek” buat memperbaiki cara mereka mengatasi persoalan serta memecahkan persoalan. Penelitian tindakan melibatkan proses aktif dalam berpartisipasi pada situasi perubahan organisasi selama melakukan penelitian. Penelitian tindakan ini pula bisa dilakukan oleh

1. SIKLUS I

a. Perencanaan

- a. Memutuskan melalui pembelajaran yakni passing bawah bola voli
- b. Mempersiapkan RPP
- c. Mempersiapkan bentuk aktivitas metode serta petunjuk pelaksanaan pada proses pembelajaran
- d. Mempersiapkan perlengkapan yang akan di perlukan
- e. Mempersiapkan lembaran penelitian
- f. Serta mempersiapkan skenario pelaksanaan tindakan

b. Pelaksanaan

- a. Menyiapkan alat yang sesuai menggunakan materi pembelajaran
- b. Mengajarkan berbasis, berdoa serta melakukan gerakan pemanasan dan mendemonstrasikan materi
- c. Melakukan gerakan dasar cara passing bawah bola voli
- d. Melakukan gerakan awalan passing bawah bola voli
- e. Melakukan passing bawah bola voli
- f. Melakukan passing bawah bola voli sesuai arahan atau target yang telah ditetapkan
- g. Melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bola voli dilapangan sesungguhnya

c. Observasi

- a. Mengamati pelaksanaan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani
- b. Mendokumentasikan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani
- c. Mencatat hasil analisis cara mengorganisasikan latihan
- d. Mendokumentasikan cara pemamfaatan alat yang digunakan
- e. Mengumpulkan informasi yang terdapat menggunakan tujuan pengajaran

d. Refleksi

- a. Menaikan rencana buat menyusun planing pengajaran
- b. Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan metode bermain

2. SIKLUS II

1. Perencanaan

- a. Memutuskan materi/utama bahasan yang akan dijadikan penelitian
- b. Menyusun instrumen penelitian dan lembar observasi
- c. Menyusun lembar penilaian
- d. Menyusun lembar refleksi
- e. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan

2. pelaksanaan

Pada siklus II ini pelaksanaan tindakan akan disesuaikan dengan hasil dari refleksi. Menjadi predeksi langkah-langkah tindakan adalah sebagai berikut:

- a. Menyampaikan petunjuk atau penjelasan dan menyampaikan kesempatan kepada siswa memperhatikan serta melakukan gerakan
- b. Membagi para siswa sesuai dengan kecukupan lapangan yang disediakan
- c. Mengembangkan dan mengordinasikan metode bermain
- d. Mengawasi pelaksanaan yang dilakukan oleh siswa
- e. Melakukan observasi dan evaluasi melalui lembaran observasi yang sudah disediakan
- f. Mencatat hasil dari pelaksanaan kegiatan yang dilakukan

3. Observasi

- a. Mengamati pengembangan serta mengordinasikan materi pengajaran
- b. Mencatat hal-hal yang menarik selama observasi
- c. Memantau dalam jenis aktivitas pengajaran
- d. Mendokumentasikan penggunaan alat bantu sesuai dengan kompetensi
- e. Mengamati pelaksanaan pembelajaran secara individu maupun secara kelompok
- f. Mengamati penggunaan waktu secara efisien
- g. Mengumpulkan sebuah informasi yang relevan dengan tujuan penilaian

4. Refleksi

Hasil observasi dari pelaksanaan tindakan dijadikan sebuah bahan referensi yang digunakan untuk perubahan, perbaikan serta peningkatan pengajaran.

- a. Siswa tertarik melakukan aktivitas pembelajaran
- b. Siswa bergairah melakukan olahraga teknik pada *passing* bawah
- c. Siswa berkeinginan buat memperbaiki hasil pembelajaran
- d. Siswa berkeinginan untuk meningkatkan prestasi yang akan dilakukan

B. Subjek penelitian

Subjek didalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir berjumlah yaitu 20 orang siswa. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1 : Populasi dan sampel Penelitian Siswa Kelas X MAN 3 Inhil.

No	Kelas	Siswa		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1	X Ipa	7 orang	13 orang	20 orang
Jumlah				20 orang

Sumber : Rini Wahyuni, S.Pd

C. Defenisi Operasional

1. Passing bawah merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli guna untuk mengoper kepada teman se-regu atau untuk mengembalikan serangan dari musuh.
2. Metode bermain merupakan suatu upaya pembelajaran yang menyenangkan supaya anak itu tidak mengalami kejenuhan serta kebosanan.

D. Pengembangan instrumen

Penilaian instrumen pada penelitian ini yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perangkat pembelajaran
 - a) Silabus

Silabus disusun sesuai prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. Sesuai prinsip tersebut maka silabus mata pelajaran penjasorkes yang dipergunakan membuat standar kompetensi, kompetensi dasar, materi utama, indikator, penilaian, lokasi waktu serta sumber bahan/alat.

- b.) Rencana pelaksanaan pembelajaran

Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) disusun melalui 2 siklus. Setiap RPP yang dipergunakan memuat kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, tujuan pembelajaran, materi ajar, pembelajaran, langkah-langkah kegiatan, lokasi waktu, alat serta sumber dan penilain dengan berpedoman pada langkah-langkah pembelajaran kooperatif teknik bermain.

Tabel 3. Rublik penilaian unjuk kerja teknik dasar passing bawah bola voli.

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
<p>Pelaksanaan teknik passing bawah</p> <p>1. Sikap awal</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dengan kaki kanan atau kiri harus sejajar Kedua lutu agak di tekuk sedikit, pandangan lurus ke arah datangnya bola Tangan kiri dan kanan lurus kebawah dengan lengan dirapatkan dan hingga ibu jarinya berdempet sejajar. <p>2. Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> Perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai ke siku Badan sedikit agak dibungkukkan ketika saat melakukan passing bawah Bola didorong dengan mengayunkan kedua tangan dan siku tetapi tidak melebihi setinggi bahu tangan harus lurus kedepan <p>3. Sikap akhir</p> <ol style="list-style-type: none"> Jari-jari tangan tetap di genggam, siku tetap di kunci Landasan mengikuti bola ke arah sasaran Pindahkan berat badan ke arah sasaran serta perhatikan bola bergerak ke arah sasaran 				
Jumlah 9				
Jumlah skor maksimal : 36				

Ahmadi (2007)

Keterangan :

- Baik Diberi Skor 4

- b. Sedang Diberi Skor 3
- c. Kurang Diberi Skor 2
- d. Kurang Baik Diberi Skor 1

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan sebuah data serta informasi pada penelitian ini menggunakan :

1. Observasi

Penelitian mengamati secara langsung objek yang diteliti, baik itu dengan cara mengamati maupun juga mencatatnya.

2. Perpustakaan

Penulis mengambil data-data yang bersumber dari buku, skripsi yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.

3. Pengukuran

Untuk mengumpulkan data peneliti, peneliti menggunakan sebuah tes unjuk kerja passing bawah bola voli.

F. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar passing bawah dalam permainan bolavoli, jadi penulis menggunakan tes unjuk kerja. Selesai didapatkan skor masing-masing siswa, kemudian dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut. (Sudijono, 2012)

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

Selanjutnya interval serta kategori penilaian terhadap kemampuan teknik dasar passing bawah berdasarkan pada:

Tabel 4. Interval Kategori Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Bawah

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

Sumber : Data Kesiswaan MAN 3 Indragiri Hilir 2022

2. Ketuntasan Belajar

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa itu mencapai 70% dari hasil test atau nilai 75 (K.13) ketuntasan tersebut tercapai apabila 80% dari keseluruhan siswa tersebut mampu melakukan teknik dasar passing bawah dengan baik dan benar sesuai dengan prosedur dan minimal 75 maka kelas itu dikatakan tuntas. Adapun rumus yang digunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

Keterangan:

$$p = \frac{f}{N} \times 100\% \text{ sudijono}(2011:46)$$

P = angka persentase ketuntasan klasikal

F = frekuensi siswa yang tuntas

N = jumlah siswa



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai tentang peningkatan teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas X ipa MAN 3 Indragiri Hilir, sehingga dapat diperoleh hasil pengolahan data sebagai berikut:

1. Data Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas X ipa MAN 3 Indragiri Hilir Pada Siklus I

Setelah dilakukan tes *passing* bawah bola voli dengan melalui metode bermain pada siswa kelas X ipa MAN 3 Indragiri Hilir di siklus I, di peroleh data yaitu: nilai yang tertinggi pada siklus I adalah 91, sedangkan nilai yang terendah pada siklus I adalah 63.

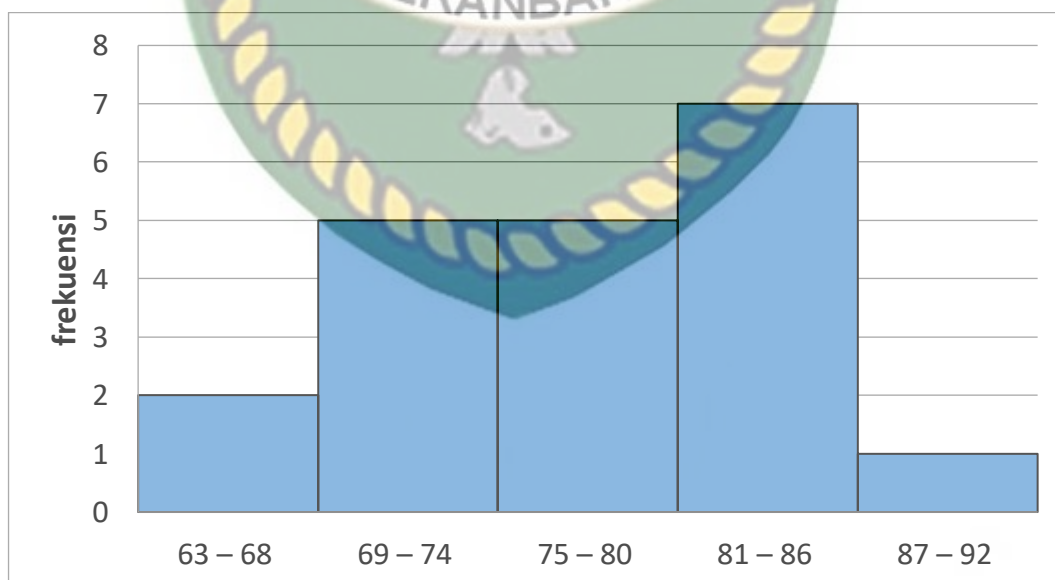
Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus I, di dapat kelas intervalnya antara 63 – 68 dengan 2 orang siswa atau dengan jumlah nilai persentase 10%, nilai interval antara 69-74 dengan 5 orang siswa atau dengan jumlah nilai persentase 25%, nilai interval antara 75-80 dengan 5 orang siswa atau dengan jumlah nilai persentase 25%, nilai interval 81-86 dengan 7 orang siswa atau dengan jumlah nilai persentase 35%, nilai interval antara 87-92 dengan 1 orang siswa atau jumlah nilai persentase 5%, nilai interval 89-92 dengan 1 siswa atau berjumlah nilai persentase 5%.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus I di bawah ini.

Tabel 4. Distribusi frekuensi data siklus I siswa kelas X Ipa Man 3 Indragiri Hilir

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	63 – 68	2	10%
2	69 – 74	5	25%
3	75 – 80	5	25%
4	81 – 86	7	35%
5	87 – 92	1	5%
Jumlah		20	100%

Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus I siswa kelas X Ipa Man 3 Indragiri Hilir di atas, dapat diklasifikasikan pada diagram dibawah ini.



Gambar 5. Histogram Hasil Pembelajaran Siklus I Siswa Kelas X MAN 3

Indragiri Hilir

2. Data Hasil *Passing* Bawah Bola Voli pada kelas X Ipa MAN 3

Indragiri Hilir Pada Siklus ke II

Setelah dilakukan tes siklus ke I dan masih terdapat juga siswa yang belum mencapai KKM, maka dilakukan langkah selanjutnya yaitu melakukan tes *passing* bawah siklus ke II yang bertujuan agar nilai siswa bisa mencapai target KKM yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil tes siklus ke II, diperoleh data yakni: nilai tertinggi pada pelaksanaan siklus ke II adalah 91, sedangkan nilai terendah pada pelaksanaan siklus ke II ini adalah 69

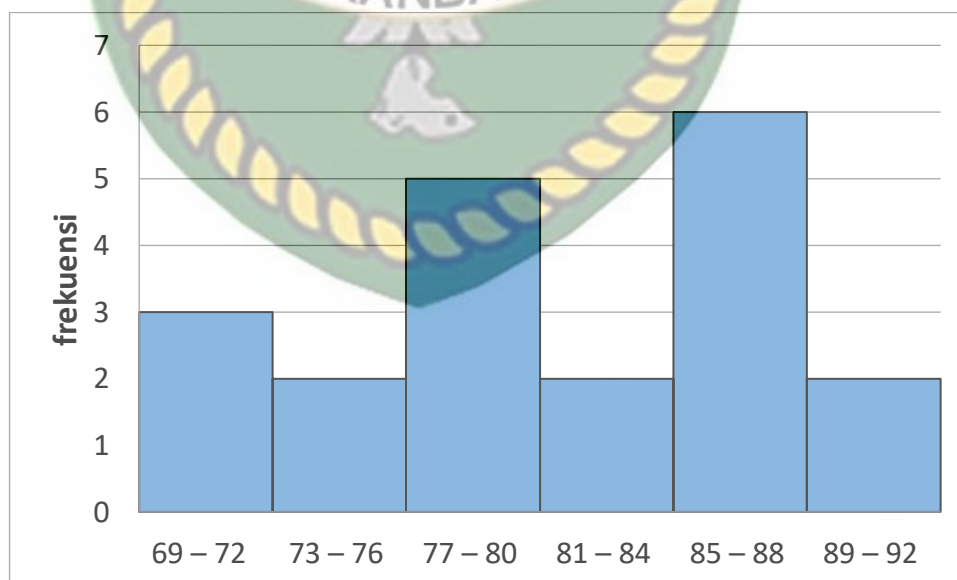
Diimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus II, antara 69-72 dengan nilai frekuensi 3 dan nilai persentase 15%, nilai interval antara 73-76 dengan nilai frekuensi 2 dan nilai persentase 10%, nilai interval antara 77-80 dengan nilai frekuensi 5 dan nilai persentase 25%, nilai interval antara 81-84 dengan nilai frekuensi 2 dan nilai persentase 10%, nilai interval antara 85-88 dengan nilai frekuensi 6 dan nilai persentase 30%, nilai interval antara 89-92 dengan nilai frekuensi 2 dan nilai persentase 10%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus II dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Siklus II Siswa kelas X Ipa MAN 3

Indragiri Hilir

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	69 – 72	3	15%
2	73 – 76	2	10%
3	77 – 80	5	25%
4	81 – 84	2	10%
5	85 – 88	6	30%
6	89 – 92	2	10%
JUMLAH		14	100%

Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus II siswa kelas XI Ipa MAN 3 Indragiri Hilir di atas, dapat diklasifikasikan pada diagram di bawah ini.



Gambar 6. Histogram Hasil Pembelajaran Siklus II Siswa Kelas XI Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

B. Analisis Data

1. Analisis *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas XI Ipa MAN 3 Indragiri Hilir Pada Siklus I.

Berdasarkan hasil dari tes *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas XI Ipa MAN 3 Indragiri Hilir pada siklus I dari 20 siswa, maka dari itu nilai siswa yang sudah mencapai KKM adalah sebanyak 13 orang siswa dengan persentase 65% sedangkan 7 orang siswa yang belum mencapai KKM dengan persentase 35%.

Pada tahap persiapan, siswa berdiri dengan kaki dibukakan selebar bahu dengan dengan kaki kiri dan kanannya sejajar. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 67. Dimana skor 4 (skor tertinggi) didapatkan oleh 7 orang siswa, pada skor 3 didapatkan oleh 13 orang siswa, pada skor 2 dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada tahap persiapan, kedua lutut di tekuk, pandangan lurus kedepan melihat arah datangnya bola. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 57. Dimana skor 4 didapatkan oleh 1 orang siswa, sedangkan skor 3 didapatkan oleh 15 orang siswa sedangkan skor 2 didapatkan oleh 4 orang siswa dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Tangan kiri dan kanan lurus kebawah dengan lengan di rapatkan dan hingga ibu jari sejajar jumlah skor keseluruhan siswa adalah 66. Dimana skor 4 didapatkan oleh 6 orang siswa, skor 3 di dapatkan oleh 14 orang siswa sedangkan skor 2 dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut.

Pada tahap pelaksanaan, perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai di siku. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 60. Dimana skor 4 didapatkan oleh 3 orang siswa, skor 3 di daptkan oleh 14 orang siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 3 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan ini, berat badan agak di bungkukkan ketika saat melakukan passing bawah. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 58. Dimana skor 4 didapatkan oleh 2 orang siswa, sedangkan skor 3 didapatkan oleh 14 orang siswa, skor 2 didapatkan oleh 4 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, bola didorong dengan mengayunkan kedua tangan dan siku tidak melebihi setinggi bahu tangan lurus ke arah depan. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 57. Dimana skor 4 didapatkan oleh 3 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 11 orang siswa, sedangkan skor 2 didapatkan oleh 6 orang siswa, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut.

Pada tahap gerakan lanjutan, jari tangan tetap digengam, siku tetap dikunci. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 74. Dimana skor 4 didapatkan oleh 14 orang orang siswa, sedangkan skor 3 didapatkan oleh 6 orang siswa, sedangkan di skor 2 dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, landasan mengikuti bola ke arah sasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 60. Dimana skor 4 didapatkan oleh 1 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 18 orang siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 1 orang siswa, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa

yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, perhatikan pindahkan berat badan kearah sasaran dan perhatikan bola bergerak kesasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 62. Dimana skor 4 didapatkan oleh 2 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 18 orang siswa, dan di skor 2 dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut.

Banyaknya siswa yang belum mencapai KKM dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir. Hal ini di sebabkan karena teknik dasar *passing* bawah siswa belum baik serta kurangnya kemauan dan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli, hal ini di sebabkan karna kurangnya pembelajaran yang menggunakan metode bermain. Agar peningkatan kemampuan *passing* bawah permainan bola voli dengan melalui metode bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir bisa tercapai secara maksiamal, maka dari itu perlu dilakukan perlakuan di siklus II.

2. Analisis *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas XI Ipa MAN Indragiri Hilir Pada Siklus II.

Berdasarkan hasil tes pada siklus ke II, maka didapatkan hasil peningkatan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir. Dimana jumlah ketuntasan belajar siswa menjadi 17 orang siswa dari 20 orang siswa. Pada tahap persiapan, siswa berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dengan kaki kiri dan kanan sejajar sama rata. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 73. Dimana skor 4 (skor tertinggi) didapatkan oleh 13 orang siswa, sedangkan

skor 3 didapatkan oleh 7 orang siswa, sedangkan di skor 2 dan di skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan di skor tersebut. Pada tahap persiapan, kedua lutut di tekuk, pandangan melihat arah datangnya bola. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 63. Dimana skor 4 didapatkan oleh 5 orang siswa dan skor 3 didapatkan oleh 13 orang siswa, skor 2 didapatkan oleh 2 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada tahap persiapan, tangan kiri dan kanan lurus kebawah dengan lengan dirapatkan hingga ibu jari sejajar. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 67. Dimana skor 4 didapatkan oleh 7 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 13 orang siswa, sedangkan di skor 2 dan di skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut.

Pada tahap pelaksanaan, perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai siku. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 64. Dimana skor 4 didapatkan oleh 6 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 12 orang siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 2 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, berat badan agak dibungkukkan ketika melakukan passing bawah. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 61. Dimana skor 4 didapatkan oleh 3 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 15 orang siswa, skor 2 didapatkan 2 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, bola didorong dengan mengayunkan kedua tangan dan siku tidak melebihi setinggi bahu tangan lurus kedepan. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 63. Dimana skor 4 didapatkan oleh 5 orang siswa, skor 3

didapatkan oleh 13 orang siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 2 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut.

Pada tahap gerakan lanjutan, jari tengah tetap di genggam siku tetap dikunci. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 73. Dimana skor 4 didapatkan oleh 13 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 7 orang siswa, sedangkan di skor 2 dan di skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan di skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, landasan mengikuti bola kesasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 60. Dimana skor 4 didapatkan oleh 2 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 16 orang siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 2 orang siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, pindahkan berat badan kearah sasaran dan perhatikan bola bergerak kesasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 62. Dimana skor 4 didapatkan oleh 2 orang siswa, skor 3 didapatkan oleh 18 orang siswa, sedangkan skor 2 dan di skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan pada skor tersebut.

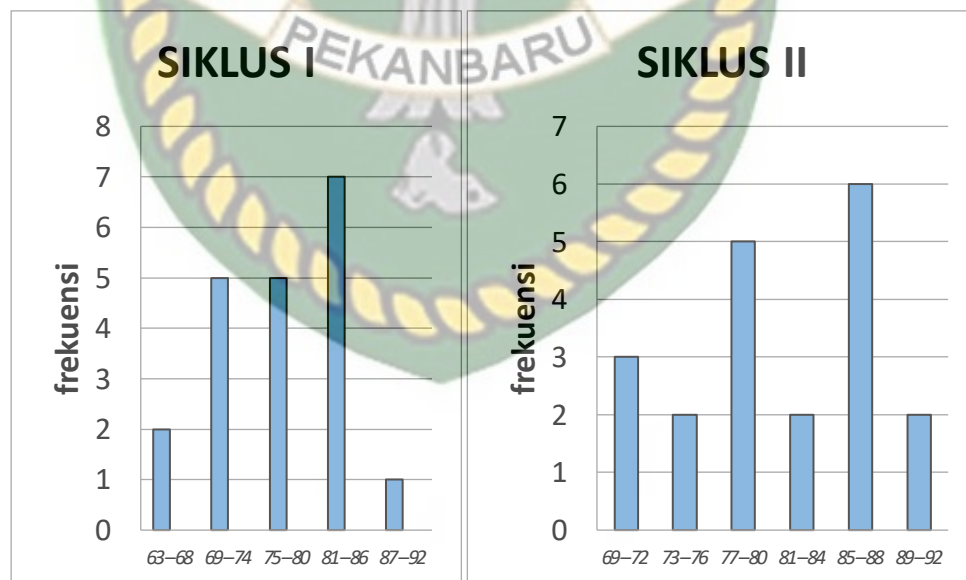
Dari hasil penelitian disiklus I belum mencapainya ketuntasan klasikal siswa, dimana dalam siklus I siswa yang telah mencapai KKM sebanyak 13 orang siswa dengan persentase 65 sedangkan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 7 orang siswa dengan persentase 35 dari 20 orang siswa tersebut. Sehingga perlu dilakukan kembali tes siklus ke II, dimana pada saat tes siklus ke II telah dilaksanakan, maka 20 orang siswa mencapai KKM dengan persentase 85% sedangkan siswa yang tidak mencapai KKM

sebanyak 15% untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi kelulusan siswa dibawah ini:

Tabel 6. Distribusi frekuensi siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

INTERVAL	JUMLAH	PERSENTASE	KATEGORI
SIKLUS I	13	65%	TUNTAS
	7	35%	TIDAK TUNTAS
SIKLUS II	17	85%	TUNTAS
	3	15%	TIDAK TUNTAS

Selanjutnya yaitu hasil dari distribusi data tes siklus I dan data tes siklus II siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir, dapat diklasifikasikan pada histogram perbandingan dibawah ini.



Gambar 7. Perbandingan Histogram Tes Siklus I dan Tes Siklus II Siswa Kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir

C. Pembahasan

Penerapan pada metode bermain dalam pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir ternyata mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa rata-rata pada siklus I sebanyak 77.8 meningkat pada siklus II 80.95 jumlah siswa yang tuntas pada siklus I adalah sebanyak 65% dikategorikan belum tercapai dan meningkat pada siklus ke II 85% dikategorikan tercapai atau berhasil.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang ditemukan di atas maka dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan teknik dasar dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Peningkatan yang terjadi dari hasil penelitian di pengaruhi dengan sistem pembelajaran yang cukup menyenangkan dan membuat gembira dengan tidak ada timbulnya rasa kebosanan dalam melakukan gerakan *passing* bawah bola voli dengan format bermain dan gembira.

Bermain merupakan salah satu untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dengan berbagai bentuk formasi dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Dengan demikian dapat lebih kreatif dalam mempraktekkan teknik dasar tersebut. Dari uraian yang di jelaskan, hal tersebut masih kurangnya keterampilan dasar siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah bola voli. Masih banyak siswa dalam melakukan kesalahan *passing* bawah akibatnya bola tidak mengenai sesuai sasaran hal tersebut dikarenakan posisi kedua siku tidak ditekuk dan jari-jari tidak digenggam sehingga pegangan tangan selalu terlepas. Kuda-kuda kaki atau posisis kaki kurang tepat atau tidak benar maka

hal tersebut terlihat disaat menerima bola posisi kaki tidak sejajar dan kedua lutut tidak ditekuk, sehingga dalam mengantisipasi datangnya bola menjadi tidak sempurna. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang di bawakan peneliti masih perlu perencanaan yang lebih baik lagi dengan selalu memperhatikan kelemahan dan kekuatan yang teridentifikasi pada penilaian pada siklus I dan siklus II. Selain itu adapun permasalahan yang masih di hadapi peneliti sebelum melakukan penelitian tindakan kelas yaitu sebagian siswa masih ada yang kurang senang melakukan passing bawah dengan pola permainan kucing-kucingan apalagi dengan ditambahkan cuaca yang cukup panas. Akan tetapi, peneliti selalu berupaya sepenuh tenaga untuk siswa selalu disiplin didalam pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi pada siklus I tersebut.

Pada siklus ke II siswa dapat mencapai nilai baik. Hal ini dikarenakan oleh kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar passing bawah bola voli dengan benar, baik dari sikap kedua kaki dan lutut, sikap badan dan sikap tangan, dikarenakan bermain bola gantung, membentuk lingkaran, kucing-kucingan yang sangat menyenangkan untuk para peserta didik, hal ini membuktikan bahwa dengan metode bermain ternyata dapat meningkatkan keterampilan serta kemampuan dasar siswa dalam melakukan passing bawah bola voli sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik serta tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Jadi, teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli dengan melalui metode bermain mengalami peningkatan pada siswa kelas X MAN 3 Indragiri Hilir.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, kesimpulan dalam penelitian ini yaitu “Terdapat Peningkatan Teknik Dasar Passing Bawah Permainan Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas X Ipa MAN 3 Indragiri Hilir”. Hal ini dikarenakan dari pelaksanaan siklus I terdapat 13 orang siswa yang mencapai nilai KKM (65%). Maka harus dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus ke II dan hasilnya mengalami peningkatan dengan jumlah 17 orang siswa yang mencapai KKM (85%).

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan kesimpulan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, maka penulis perlu memberikan saran kepada guru untuk kedepan lebih baiknya, yaitu sebagai berikut :

1. Guru, didalam proses belajar mengajar diharapkan adanya suatu bentuk metode bermain agar peserta didik itu tidak mengalami kebosanan dan juga kejenuhan dalam melakukan proses belajar dan materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh siswa, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
2. Siswa, untuk meningkatkan rasa percaya diri, rasa senang, meningkatkan sebuah pemahaman dan juga pengetahuan bagi siswa terhadap proses pendidikan jasmani dengan konsep belajar dengan melalui metode bermain.

3. Sekolah, memberikan kontribusi bagi sekolah dalam mengembangkan sebuah pembelajaran dan mampu mengembangkan pendekatan pembelajaran sesuai dengan tuntunan lingkungan.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Abrasyi, R., Sujiono, B., Hernawan, & Dupri. (n.d.). *model latihan passing bawah bola voli pada siswa sekolah menengah pertama*. 110–120.
- Ahmadi, Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta. Era pustaka utama.
- Arikunto, Suharsimi, D. (2006). *Penelitian tindakan kelas*. bumi aksara.
- Astria, N., Sulastri, M., Magta, M., Konseling, J. B., Pendidikan, F. I., & Ganesha, U. P. (2015). *penerapan metode bermain melalui kegiatan finger paiting untuk meningkatkan kemampuan motorik halus*. *PG PAUD*, 3(1).
- Atsani, M. R. (2020). *Meningkatkan kemampuan passing bawah bolavoli menggunakan metode bermain*. *Of Physical Education*, 12, 88–96.
- Bule, J., & Donie. (2020). *Perbedaan Latihan Passing Target dan Rangkaian Latihan Passing terhadap Kemampuan Passing Bawah Atlet Bolavoli*. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(2), 26–31.
- Anda Juanda, M. P. (2016). *Penelitian tindakan kelas*. Yogyakarta. Grup penerbit CV BUDI UTAMA.
- Ernalis. (2016). *Peningkatan keterampilan passing bawah bola voli melalui strategi pembelajaran sesama teman pada siswa kelas iv sd negeri 001 empat balai kecamatan kuok kabupaten kampar*. *Primary Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 5(1), 52–61.
- Fajri, M. (2019). *Pemanfaatan modifikasi media pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas v mi darul mukminin bekasi timur*. *GENTA MULIA*, X(1), 65–83.
- IFRIANTI, S. (2015). *Implementasi metode permainan dalam meningkatkan hasil belajar ips di madrasah ibtidaiyah*. *PENDIDIKAN DAN PEMBELAJARAN DASAR*, 2(2), 150–169.
- Indriyani, D. (2011). *Peningkatan hasil belajar passing bawah pada bola voli dengan menggunakan permainan " 3 on 3 " pada siswa kelas vll smp negeri 1 sukoharjo wonosobo tahun pelajaran 2010/2011*. UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG.
- Iskandar. (2013). *Analisis gerakan passing bawah dalam permainan bola voli berdasarkan konsep biomeknika*. *Pendidikan Olahraga*, 2(2), 150–162.
- Jamaliah, N. (n.d.). *Peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli melalui torgambar kabupaten labuhan batu selatan model pbbt dan pbkl siswa kelas vlll smpn 1*. *Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*, 1–8.
- Kastrena, E., Setiawan, E., Patah, I. A., & Nur, L. (2020). *Pembelajaran Peer*

Teaching Berbasis Zoom Video sebagai Solusi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli saat Situasi Covid 19. Of Primary Education, 4(1), 69–75.

- Novianto, A., & Hidayat, T. (2017). *Pengaruh penerapan metode pembelajaran tutor sebaya terhadap hasil belajar passing bawah dan passing atas bola voli pada siswa kelas xl di smk negeri 1 baureno kecamatan baureno kabupaten bojonegoro. Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, 05(03), 682–689.*
- Pratama, M. A., & Candra, O. (2019). *Upaya meningkatkan keterampilan chest pass bola basket melalui strategi variasi mengajar siswa kelas x ipa 7 sman 1 pangkalan kerinci kabupaten pelalawan. Muara Olahraga, 1(2), 128–137.*
- Pratiwi, E., & Anggara, N. (2021). *Pengembangan model passing bawah bola voli pada atlet pemula universitas islam kalimantan mab banjarmasin. Ilmu Keolahragaan, 4(1), 23–38.*
- Sahputra, W., Supriyanto, & Febrianti, M. (2020). *Analisis keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli. Phsyical Education and Sport, 1(2), 55–62.*
- SAMSUDI. (2016). *Upaya meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli melalui permainan bola gantung pada siswa kelas v sdn jumoyo iv kecamatan salam kabupaten magelang tahun 2015/2016. UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG.*
- SOLEMAN, A. (2020). *Perbedaan pengaruh media latihan passing bawah terhadap keterampilan passing bawah permainan bola voli pada ekstrakurikuler sdn tegalrejo lll tuban. UN PGRI KEDIRI.*
- Sucifirwati. (2020). *Peningkatan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli melalui permainan kucing-kucingan siswa kelas v-a mi badrussalam surabaya. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA.*
- Sudijono, A. (2012). *Pengantar evaluasi pendidikan.* Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Totales, T. A., Tri, L., Beru, A., & Supriyanto. (2020). *Pengkuran tingkat kemampuan passing bawah siswa Kelas VII pada permainan bola voli. Of Dehasen Education Review, 2(1), 17–22.*