

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH
MELALUI STRATEGI VARIASI MENGAJAR DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI KELAS VII.3
SMPN 4 SIAK HULU**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau*



OLEH:

DWI MAYA ABDILIAH
NPM. 156610225

PEMBIMBING

Drs. MUSPITA, M.Pd
NIDN.0014085605

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2019

ABSTRAK

Dwi Maya Abdiliah. 2019. Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Melalui Strategi Variasi Mengajar dalam Permainan Bola Voli Kelas VII.3 di SMPN 4 Siak Hulu.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah melalui strategi variasi mengajar dalam permainan bola voli kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu. Jenis penelitian ini merupakan PTK. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 34 siswa, kemudian sampel yang di ambil adalah keseluruhan dari populasi yang berjumlah 34 siswa. Berdasarkan hasil pengolahan data pada pelaksanaan siklus I terdapat 26 siswa yang mencapai nilai KKM (76%), dan 8 siswa yang belum mencapai nilai KKM (24%). Maka penelitian ini dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah 28 siswa yang mencapai nilai KKM (82%) dan 6 siswa yang belum mencapai nilai KKM (18%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli melalui strategi variasi mengajar dalam permainan bola voli siswa kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu.

Kata kunci : Strategi Variasi Mengajar, Keterampilan *Passing* Bawah.

ABSTRACT

Dwi Maya Abdiliah. 2019. Efforts to Improve Lower Passing Skills through Strategies for Teaching Variations in Class VII.3 Volleyball Games at Siak Hulu 4th Middle School.

The purpose of this study was to improve the under-passing skills through a variety of teaching strategies in volleyball game class VII 3 at Siak Hulu 4 Public High School. This type of research is PTK. The population in this study amounted to 34 students, then the samples taken were the entire population of 34 students. Based on the results of data processing in the implementation of the first cycle there were 26 students who achieved the KKM score (76%), and 8 students who had not yet reached the KKM score (24%). So this research was continued with the implementation of the second cycle and the results increased with the number of 28 students who reached the KKM score (82%) and 6 students who had not yet achieved the KKM score (18%). Thus it can be concluded that there is an increase in the passing skills of volleyball through the variation strategy of teaching in volleyball games of class VII 3 students at SMPN 4 Siak Hulu.

Keywords: Strategy for Teaching Variation, Lower Passing Skills.

KATA PENGANTAR

Assalammu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas limpah rahmat dan karunia-Nya shalawat beserta salam penulis kirimkan kepada junjungan alam Nabi besar Muhammad Saw. Sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini dengan judul: **“Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Melalui Strategi Variasi Mengajar dalam Permainan Bola Voli Kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu”**.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu persyaratan guna untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Islam Riau.

Dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin, namun penulis adalah manusia biasa yang mempunyai kelemahan, kekurangan dan keterbatasan kemampuan yang dimiliki sehingga tidak luput dari kesalahan. Oleh karena itu penulis yakin bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan dan masih banyak kekurangannya, untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran serta masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempatan ini mengucapkan terimah kasih kepada,

1. Bapak Drs, Daharis M.Pd selaku Ketua Program Studi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

2. Bapak Drs, Muspitas M.Pd selaku Pembimbing Utama yang luar biasa sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin Ilmu kepada penulis selama belajar di Universitas Islam Riau.
4. Teristimewa buat keluarga tercinta yang telah banyak berkorban baik meteral maupun moril yang tak mungkin terbalas sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Khususnya untuk Ayahanda Tercinta Masrijal S.Pd dan tentunya Ibunda Miyarni serta kakak saya Mami Cahyani Amd.keb yang telah memberikan semangat untuk penulis menyelesaikan skripsi ini.
5. Teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2015 yang ada dikala susah dan senang serta yang lainnya ucapan terima kasih atas dukungan kalian. Memberikan bantuann, informasi dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan pembuatan dan penyusunan serta penulisan skripsi ini tidak luput dari kekurangan dan kelengkapannya baik yang disengaja maupun tidak sengaja. Oleh karna itu, kritik dan saran penulis harapkan demi perbaikan dan kesempurnaan untuk masa yang akan datang.

Pekanbaru, April 2019

Dwi Maya Abdiliah

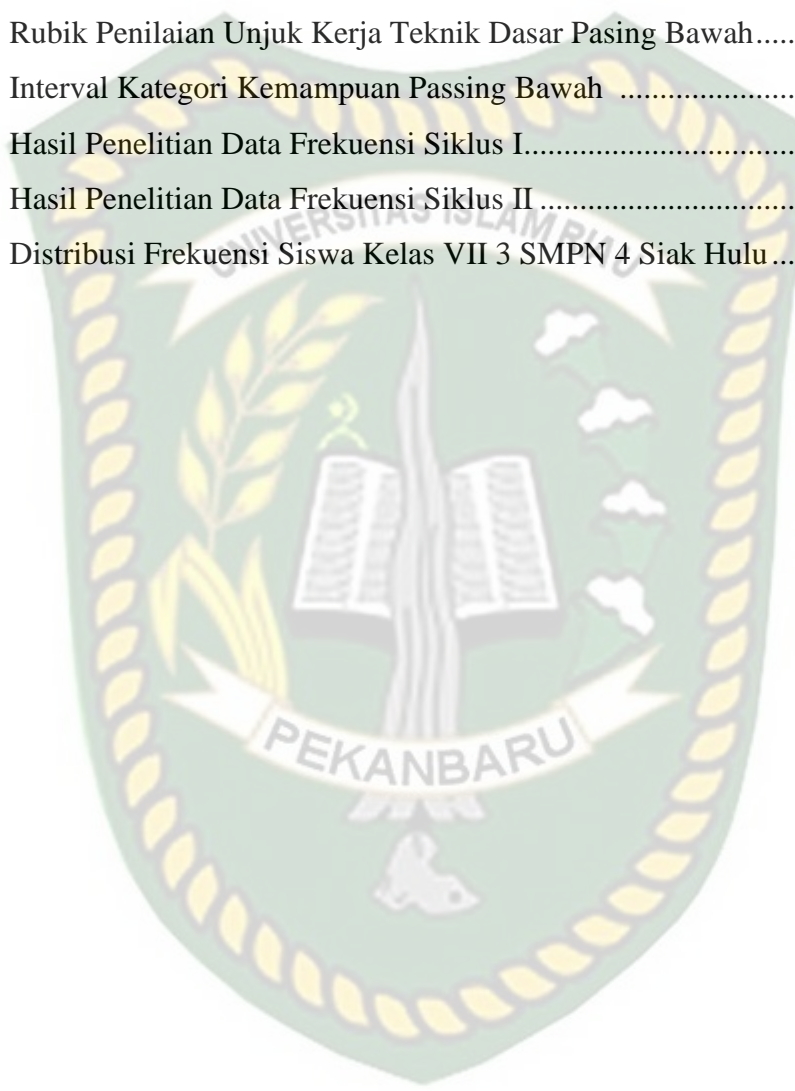
DAFTAR ISI

	Halaman
PENGESAHAN SKRIPSI	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
SURAT PERNAYATAAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Landasan Teori.....	7
1. Hakikat Teknik Dasar Permainan Bola Voli	7
2. Hakikat Passing Bawah Permainan Bola Voli.....	7
3. Hakikat Strategi Variasi Mengajar.....	12

B. Kerangka Pemikiran.....	19
C. Hipotesis Tindakan.....	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	21
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel	25
C. Defenisi Operasional.....	26
D. Pengembangan Instrumen.....	27
E. Teknik Pengumpulan Data.....	29
F. Teknik Analisis Data.....	29
BAB IV HASIL PEMBAHASAN	32
A. Deskripsi Data.....	32
B. Analisis Data	36
C. Pembahasan	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

1. Populasi Penelitian Siswa Kelas VII 3 SMP N 4 Siak Hulu.....	25
2. Rubik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar Pasing Bawah.....	27
3. Interval Kategori Kemampuan Passing Bawah	30
4. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus I.....	33
5. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus II	35
6. Distribusi Frekuensi Siswa Kelas VII 3 SMPN 4 Siak Hulu	38



DAFTAR GAMBAR

1. Teknik Passing Bawah	11
2. Posisi Tangan dan gerakan teknik passing bawah	12
3. Gambar siklus	22



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR GRAFIK

1. Histogram Tes Siklus I..... 33
2. Histogram Tes Siklus II 35



Dokumen ini adalah Arsip Milik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR LAMPIRAN

1. Data Siklus I.....	44
2. Data Siklus II	45
3. Pencarian Penilaian Siklus I.....	46
4. Pencarian Penilaian Siklus II	48
5. Analisis Statistik Siklus 1	50
6. Analisis Statistik Siklus 2	51
7. Analisa Data Peningkatan Hasil Belajar Siklus I.....	52
8. Analisa Data Peningkatan Hasil Belajar Siklus II	53
9. RPP dan Silabus	54
10. Dokumentasi Penelitian	73



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan jasmani disekolah merupakan komponen dari tujuan pendidikan Nasional, yang mana guru harus mampu memilih metode yang harus di terapkan dalam proses pembelajaran disekolah. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis.

Berdasarkan penjelasan diatas, bahwa olahraga yang diajarkan disekolah dalam bidang studi penjas harus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Untuk setiap jenjang pendidikan sebagai mana mestinya.

Dalam Undang – Undang RI Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional pasal 25 di sebutkan “ Keolahragaan Nasional disebutkan “Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dalam memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan inkulikuler maupun ekstrakulikuler” Dari undang- undang tersebut dapat di simpulkan bahwa pendidikan olahraga dapat dilaksanakan pada setiap proses jenjang pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan berbagai potensi yang ada pada setiap diri peserta didik ke arah tujuan pendidikan yang di cita-citakan.

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga yang sudah berkembang di masyarakat dan sangat banyak di minati. Hal ini dikarenakan olahraga bola voli menggunakan alat yang sederhana. Bola voli merupakan olahraga yang di mainkan oleh dua tim yang masing – masing tim terdiri dari enam orang pemain dalam satu lapangan yang di batasi oleh net.

Demikian pula di SMPN 4 Siak Hulu, olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang di pelajari, dan dilakukannya kegiatan pembelajaran dengan tujuan menciptakan kemampuan passing bawah bola voli bagi peserta didik dengan baik dalam permainan bola voli. Yang mana mestinya, guru harus mampu mengajarkan keterampilan passing bawah bola voli dan memilih strategi mengajar yang tepat dalam proses belajar mengajar di sekolah, salah satu strategi pembelajarannya

yaitu strategi variasi mengajar. Sehingga peserta didik mampu melakukan passing bawah dengan baik dan benar.

Akan tetapi berdasarkan observasi di SMPN 4 Siak Hulu, setelah guru mengajarkan dan mempraktikkan *passing* bawah pada umumnya siswa kurang mampu melakukan gerakan *passing* bawah dengan baik dan benar. Yaitu kurang sempurna gerakannya dalam melakukan gerakan *passing* bawah diantaranya : sikap badan yang kurang membungkuk kedepan pada saat melakukan *passing* bawah, sikap kaki yaitu lutut yang kurang di tekuk, dan pada saat tangan kontak dengan bola lengan kurang sejajar, perkenaan bola sering terjadi pada kepalan telapak tangan, serta ayunan lengan pada saat melakukan *passing* terlalu tinggi sehingga arah bola tidak terarah dengan baik . Karena koordinasi gerakan yang kurang pada saat melakukan *passing* bawah, sehingga hasil *passing*nya kurang sempurna.

Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya minat belajar siswa pada materi pembelajaran bola voli ini adalah guru kurang menggunakan metode pelajaran yang tepat seperti metode pembelajaran variasi untuk menarik minat belajar dan meningkatkan motivasi belajar siswa. Sementara tingkat pencapaian KKM untuk materi pembelajaran bola voli di kelas VII 3 SMPN 4 Siak Hulu hanya 71 (tujuh puluh satu).akan tetapi masih ada diantara siswa yang nilainya belum mencapai KKM yang telah di tetapkan.

Berdasarkan observasi dan fakta-fakta yang terjadi di sekolah-sekolah yaitu yang telah di uraikan diatas maka untuk mengatasi masalah tersebut, seorang guru harus bisa membuat perubahan-perubahan pada saat pembelajaran agar proses pembelajaran tidak terkesan monoton dan siswa tidak merasa bosan dalam proses belajar, yaitu dengan cara menerapkan strategi variasi mengajar. Dengan menerapkan strategi pembelajaran variasi mengajar tersebut diharapkan akan memberikan dampak yang positif pada siswa diantaranya siswa lebih aktif dalam belajar dan siswa akan lebih termotivasi (terdorong) dalam belajar. jika siswa lebih aktif dan termotivasi dalam belajar maka tujuan akhir dari strategi pembelajaran ini akan tercapai yaitu adanya peningkatan hasil belajar pada siswa.

Dari uraian diatas penulis mengangkat masalah ini menjadi suatu penelitian yang berjudul : **“Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Melalui Strategi Variasi Mengajar dalam Permainan Bola Voli Kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu”**.

B. Identifikasi Masalah

Sebagaimana dikemukakan di latar belakang masalah terdahulu maka dapat dikemukakan masalah-masalah yang teridentifikasi seperti halnya:

1. Masih ada diantara siswa kurang mampu melakukan gerakan *passing* bawah dengan baik dan benar.

2. Masih ada diantara siswa kurang memiliki koordinasi gerakan dalam melakukan *passing* bawah bola voli
3. Rendahnya minat sebagian siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli.
4. Metode pembelajaran yang dilakukan oleh guru penjas dalam mengajarkan *passing* bawah jarang menggunakan strategi mengajar bervariasi.
5. Tingkat pencapaian nilai siswa pada materi pembelajaran bola voli di SMPN 4 Siak Hulu masih ada yang belum mencapai nilai KKM yang telah ditetapkan.

C. Pembatasan Masalah

Mengingatnya banyaknya masalah, terbatasnya kemampuan waktu dan dana yang tersedia maka peneliti membatasi masalah sebagai berikut: “Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Melalui Strategi Variasi Mengajar dalam Permainan Bola Voli Kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas masalah dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah dengan menggunakan strategi variasi mengajar dapat meningkatkan teknik dasar *passing* bawah bola voli siswa siswi kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk Meningkatkan kemampuan passing bawah dengan menggunakan strategi variasi mengajar pada permainan bola voli siswa kelas VII 3 SMPN 4 Siak Hulu melalui strategi pembelajaran variasi mengajar.

F. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian diharapkan temuan-temuan yang nantinya mempunyai manfaat yg berguna untuk :

- 1) Bagi siswa untuk bahan masukan untuk lebih memahami teknik dasar *passing* bawah bola voli dengan benar.
- 2) Bagi guru bidang studi, sebagai masukan untuk memberi motivasi dan meningkatkan prestasi siswa dalam cabang olahraga permainan bolavoli.
- 3) Dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya.
- 4) Bagi peneliti untuk memenuhi salah satu persyaratan penyelesaian program bidang studi penjas kesrek pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
- 5) Bagi prodi penjas, sebagai bahan pertimbangan dan masukan untuk peneliti.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Menurut Eriati, (2004:143) Teknik adalah suatu cara untuk melakukan atau melaksanakan sesuatu dalam mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien”. Dengan demikian teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang optimal.

Menurut Sukirno, (2012:14) Teknik merupakan suatu proses untuk melahirkan keaktifan jasmani yang berkoordinasi dengan intelektual, sekaligus sebagai pembuktian suatu praktek (kerja jasmani dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas). Dan selanjutnya menurut Hidayat, (2017: 35) Teknik diartikan sebagai sebuah prosedur yang sudah dikembangkan berdasarkan praktek serta memiliki tujuan untuk mencari penyelesaian sebuah masalah pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna.

2. Hakikat *Passing* dan *Passing Bawah* Permainan Bola Voli

a. *Passing*

Pegertian *passing* menurut Ahmadi, (2007: 22) “*Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan

bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri”.

Menurut Erianti, (2004:159) *passing* merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola kesuatu tempat atau kepada teman sendiri dalam satu regu, untuk selanjutnya dimainkan kembali dan dapat juga dikatakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Menurut Hidayat, (2017:43) *passing* merupakan teknik menerima bola dan mengayunkan kembali ke arah yang diinginkan. Teknik ini merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli yang harus diketahui oleh mereka yang ingin melakukan permainan tersebut. Dan selanjutnya menurut Aji, (2016:39) *passing* adalah cara menerima atau mengoperkan bola kepada teman satu regu. Selain itu, *passing* merupakan suatu langkah awal untuk menyusun pola serangan.

b. Passing Bawah.

Passing bawah merupakan teknik dasar bermain bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik dasar ini sangat penting dikuasai karena teknik *passing* bawah merupakan teknik yang digunakan sebagai pertahanan, *passing* bawah juga sangat penting digunakan untuk mengatur serangan lawan Sukirno, (2012:25). Dalam melakukan *passing* bawah pemain harus melakukan teknik gerakan dengan benar.

Menurut Ahmadi, (2007:23) *passing* bawah adalah memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah yang kegunaannya adalah untuk penerimaan bola servis, untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan/smash, untuk pengambilan bola setelah blok atau bola dari pantulan net, untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh dari luar lapangan permainan, dan untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Menurut Subroto,(2010:51) *passing* bawah dua tangan adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu dengan menggunakan kedua pergelangan tangan yang dirapatkan. *Passing* ini biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun dari kawan seregu, yang memiliki ciri sulit misalnya bola rendah,cepat,keras, atau yang datang tiba-tiba, namun masih dapat di jangkau oleh kedua tangan. Kadang kala juga *passing* bawah digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti *passing* dan umpan.

Menurut Beutelstahl, (2008) bahwa *passing* bawah pemain dalam melakukan *passing* bawah sikap awal kaki dibuka sedikit lebih lebar dari bahu. lutut ditekuk berat badan bertumpu pada kaki bawah, saat menerima bola pemain mendekatkan kedua lengan sehingga saling bersebelahan tangan harus lurus saat menerima bola,tahap akhir pemain membiarkan kedua lengannya terus melaju mengikuti ayunan lengan itu sendiri". *Passing* ini merupakan *passing* yang paling sering dipakai, karena *passing* ini merupakan *passing* yang paling mudah, terutama bagi para pemain wanita dalam

permainan bola voli tindakan mendapatkan kendali bola dan mengoperkan bola dari pemain ke pemain satu regu yang dilakukan dengan menggunakan *passing* bawah. Seperti diungkapkan Munasifah (2008) ”mengoper bola dengan tangan dari bawah (kedua tangan dirapatkan) disebut juga bugger. Cara ini selain digunakan untuk mengoper bola juga dapat digunakan untuk menerima bola serta mengambil bola yang datangnya rendah.

Menurut Muhajirin, (dalam jurnal Nugroho,2017) teknik pada saat melakukan *passing* bawah adalah :

Sikap permulaan

- a. Kedua lutut di tekuk,
- b. Badan sedikit membungkuk kedepan,
- c. Berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan kedua tangan saling berpegangan.

Gerak pelaksanaan

- a. Kedua tangan mengayun ke arah datangnya bola
- b. Badan dan di ayun hampir lurus, sumbu gerak persendian bahu,
- c. Siku benar-benar lurus, perkenaan bola pada bagian lengan diatas pergelangan tangan.

Gerak lanjut

- a. Ayunan lengan mengenai bola,
- b. Salah satu kaki melangkah ke depan untuk mengambil sikap kembali ayunan lengan untuk *passing* bawah
- c. Posisi badan tidak melebihi sudut 90° dengan bahu/badan



Gambar 1. posisi tangan passing bawah



Gambar 2. Teknik Passing bawah ke depan pada bola normal

Gambar 1 Muhajir (2004: 12)

Menurut Erianti (2004:160) pelaksanaan *passing* bawah yaitu sebagai berikut :

➤ Sikap permulaan

Ambil sikap normal dalam permainan bolavoli yaitu: kedua lutut di tekuk dengan badan agak sesikit di condongkan kedepan, berat badan menumpu pada telapak bagian depan. Untuk mendapatkan suatu keseimbangan lebih agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan yakni punggung tangan kanan diletakkan diatas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan seperti gambar 2 a,b,c dan d

➤ Tempatkan badan segerah 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 berpegangan. Perkenaan bola pada bagian prosimal dari lengan, diatas dari pergelangan tangan dan pada

waktu lengan membentuk sudut 45 derajat dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus (lihat gambar 2 1 s/d 9)

➤ Gerakan lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk *passing* bawah ke depan tidak melebihi sudut 90 derajat dengan bahu dan badan.



Gambar 2 posisi tangan dan gerakan teknik *passing*- bawah
Erianti (2004:164)

3. Hakikat Strategi Variasi Mengajar

a. Pengertian Strategi

Strategi pembelajaran merupakan suatu prosedur memilih memilih, menetapkan, dan memadukan kegiatan-kegiatan dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran.

Menurut Rahayu (58:2013) strategi pembelajaran merupakan suatu serangkaian rencana kegiatan yang termasuk di dalamnya penggunaan metode dan pemanfaatan berbagai sumber daya atau kekuatan dalam suatu pembelajaran. Strategi pembelajaran disusun untuk mencapai suatu tujuan

tertentu. Strategi pembelajaran didalamnya mencakup pendekatan, model, metode dan teknik pembelajaran secara spesifik.

Menurut Djmarah (5:2010) strategi mengajar yaitu suatu garis-garis besar haluan untuk bertindak dalam usaha mencapai sasaran yang telah ditentukan. , strategi bisa diartikan sebagai pola-pola umum kegiatan guru anak didik dalam perwujudan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang telah digariskan.

Menurut Dick dan Carey (Sanjaya, 2011:294) (dalam jurnal Firmansyah) menyebutkan bahwa strategi pembelajaran itu adalah suatu set materi dan prosedur pembelajaran yang digunakan secara bersama-sama untuk menimbulkan hasil belajar pada siswa.

Selanjutnya menurut Kemp (Sanjaya, 2011 : 294) menjelaskan bahwa strategi pembelajaran adalah kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. Indrawati menyatakan bahwa suatu pembelajaran pada umumnya akan lebih efektif bila diselenggarakan melalui strategi-strategi pembelajaran yang termasuk rumpun pemrosesan informasi.

Menurut Usman (2010:84) menyatakan bahwa variasi 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, antusiasme, serta penuh partisipasi. Untuk itu anda sebagai calon guru perlu melatih diri agar menguasai keterampilan tersebut.

Dari kutipan tersebut dapat dipahami bahwa variasi mengajar adalah mengajar yang metode-metode dan materi atau isi pembelajarannya tidak selalu sama disetiap pertemuannya tapi tetap untuk satu tujuan pengembangan teknik, yang tujuannya agar siswa tidak jenuh atau bosan dan malah tertarik pada variasi mengajar yang kita buat.

Penerapan metode variasi ini diharapkan dapat menghindari kebosanan dari siswa sewaktu belajar di sekolah, siswa di arahkan untuk dapat ikut berpartisipasi secara langsung untuk dapat melakukan teknik dasar olahraga agar siswa menjadi lebih menguasai dan memahami pelaksanaan teknik yang benar dan baik.

b. Dasar Strategi Belajar Mengajar

Menurut Djmarah (5:2010) Ada empat strateg i belajar mengajar yang meliputi hal-hal berikut :

1. Mengidentifikasi serta menetapkan spesifikasi dan kualifikasi perubahan tingkah laku dan kepribadian anak didik sebagai mana yang diharapkan.
2. Memilih sistim pendekatan belajar mengajar berdasarkan aspirasi dan pandangan hidup masyarakat.
3. Memilih dan menetapkan prosedur, metode, dan teknik belajar mengajar yang dianggap paling tepat dan efektif sehingga dapat menjadikan pegangan oleh guru dalam menunaikan kegiatan mengajarnya.
4. Menetapkan norma-norma dan batas minimal keberhasilan atau kriteria serta standar keberhasilan sehingga dapat dijadikan pedoman oleh guru dalam melakukan evaluasi hasil kegiatan belajar mengajar yang selanjutnya akan dijadikan umpan balik buat penyempurnaan sistem instruksional yang berkesangkutan secara keseluruhan.

Menurut Rahayu (60:2013) fungsi strategi pembelajaran yaitu sebagai berikut:

1. Strategi berfungsi sebagai faktor determinan keberhasilan, maksudnya strategi mempunyai kedudukan yang cukup menentukan terhadap keberhasilan proses belajar mengajar.
2. Strategi berfungsi sebagai peletak dasar kegiatan suatu proses belajar mengajar, maksudnya berbagai proses belajar mengajar tersebut berlaku sangat tergantung pada dasar-dasar yang diletakkan pada awal kegiatannya.
3. Strategi berfungsi sebagai patokan atau ukuran keberhasilan, maksudnya strategi dapat berperan sebagai acuan pelaksanaan dan menjadi patokan untuk menjalankan proses pengendalian bila terjadi penyimpangan.

c. Pengetian Variasi Mengajar

Keterampilan variasi mengajar merupakan salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru, yaitu hubungan antara guru dan siswa di dalam proses pembelajaran berlangsung. Guru di dalam pembelajaran dituntut bisa menggunakan variasi mengajar ataupun perubahan mengajar bertujuan untuk mengatasi kebosanan dan kejenuhan siswa dalam proses pembelajaran yang sedang berlangsung.

Menurut Asril (2010:86) variasi stimulus itu adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi pembelajaran yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik, sehingga dalam proses situasi pembelajaran senantiasa menunjukkan ketekunan dan penuh partisipasi.

Menurut Slameto (2010:47) menyimpulkan bahwa dalam mengadakan variasi dalam proses pembelajaran dapat diartikan sebagai proses perubahan gaya belajar guru yang bersifat personal, penggunaan

media, dan bahan-bahan intruksional, serta pola-pola interaksi guru dengan siswa dalam pembelajaran. Variasi ini di maksud untuk menghilangkan rasa kebosanan dan jenuh terhadap siswa pada saat proses belajar dan mengajar agar maksud siswa dapat termotivasi dan berpartisipasi dslam setiap kegiatan pembelajaran.

Selanjutnya menurut Djamarah (2010:160) keterampilan mengadakan variasi dalam belajar mengajar akan meliputi tiga aspek, yaitu variasi dalam gaya mengajar, variasi dalam menggunakan media dan bahan pengajaran, dan variasi dalam interaksi antara guru dengan siswa. Menurut Husdarta & Yudha M. Saputra (dalam jurnal Irawan, D) (2000) menyatakan bahwa:”keterampilan memvariasikan metode dalam proses belajar mengajar meliputi tiga aspek (1) variasi dalam metode pembelajaran, (2) variasi dalam menggunakan media dan bahan pembelajaran, (3) variasi dalam interaksi antara guru dengan siswa.

Variasi adalah keanekaan yang membuat sesuatu tidak monoton. Variasi di dalam kegiatan pembelajaran dapat menghilangkan kebosanan, meningkatkan minat dan keingintahuan siswa, melayani gaya belajar siswa yang beragam, serta meningkatkan kadar keaktifan siswa.

Menurut Aman, 2007:23 dalam (Winata, 2015) variasi diartikan sebagai lain dari pada yang lain “yaitu perbedaan memvariasikan berarti mengubah-ubah bentuk supaya lain dari yang ada atau dari yang biasa”.

Dari definisi di atas, bisa ditarik kesimpulan bahwa variasi gaya mengajar adalah perubahan tingkah laku, sikap dan perbuatan guru dalam konteks belajar mengajar yang bertujuan untuk mengatasi kebosanan siswa, sehingga siswa memiliki minat belajar yang tinggi terhadap pelajarannya.

Menurut Djamarah (2010:161) metode variasi di dalam proses pembelajaran bertujuan antara lain sebagai berikut :

1. Meningkatkan dan memelihara perhatian siswa terhadap relevansi proses belajar mengajar.
2. Memberikan kesempatan kemungkinanberungsinya motivasi.
3. Membentuk sikap positif terhadap guru dan sekolah.
4. Memberikan kemungkinan pilihan dan fasilitas belajar individual.
5. Mendorong anak didik untuk belajar.

Menurut Asril (2012:86) adapun manfaat dari pembelajaran variasi adalah sebagai berikut :

1. Menumbuhkan perhatian peserta didik.
2. Melibatkan peserta didik berpartisipasi dalam berbagai kegiatan proses pembelajaran.
3. Dengan bervariasinya cara guru menyampaikan proses pembelajaran, maka membentuk sikap positif bagi peserta didik terhadap guru.
4. Dapat menanggapi rasa ingin tahu dan ingin menyelidiki peserta didik.
5. Melayani keinginan dan pola belajar para peserta didik yang berbeda beda.

d. Prinsip Penggunaan Variasi Mengajar

Menurut Djamarah, (2010:166) dalam proses belajar mengajar masalah kegiatan siswa adalah yang menjadi fokus perhatian. Adapun kegiatan guru lakukan tidak lain adalah untuk suatu upaya bagaimana lingkungan yang tercipta menyenangkan hati siswa dan dapat menggairahkan belajar siswa.

Agar kegiatan pengajaran dapat merangsang siswa untuk aktif dan kreatif belajar, tentu saja diperlukan lingkungan belajar yang kondusif. Salah satu upaya ke arah itu yaitu dengan cara memperhatikan beberapa prinsip penggunaan prinsip variasi dalam mengajar.

Menurut Djamarah, (2010:166) Prinsip – prinsip penggunaan variasi mengajar itu adalah sebagai berikut :

1. Dalam menggunakan keterampilan variasi sebaiknya semua jenis variasi digunakan, selain juga harus ada variasi penggunaan komponen untuk tiap jenis variasi. Semua itu untuk mencapai tujuan belajar.
2. Menggunakan variasi secara lancar dan berkesinambungan, sehingga *moment* proses belajar mengajar yang utuh tidak rusak, perhatian anak didik dan proses belajar tidak terganggu.
3. Penggunaan komponen variasi harus benar-benar terstruktur dan di rencanakan oleh guru. Karena itu memerlukan penggunaan yang luwes, spontan sesuai dengan umpan balik yang di terima oleh siswa. Biasanya bentuk *umpan balik* ada dua, yaitu :
 - a) Umpan balik tingkah laku yang menyangkut perhatian dan keterlibatan siswa;
 - b) Umpan balik informasi tentang pengetahuan dan pelajaran.

e. Komponen – Komponen Variasi Mengajar

Menurut Djmarah (160:2010) komponen variasi mengajar yaitu :

1. Variasi gaya mengajar.
2. Variasi media dan bahan ajar.
3. Variasi interaksi.

B. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan latar belakang dan masalah dalam penelitian ini adalah untuk menghasilkan peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah pada permainan bola voli maka dilakukan dengan strategi variasi mengajar. Dimana *passing* bawah dua tangan adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu dengan menggunakan kedua pergelangan tangan yang di rapatkan.

Sedangkan strategi pembelajaran variasi mengajar merupakan suatu strategi yang membuat tidak monoton dan terdapat perubahan-perubahan yang sengaja di ciptakan/dibuat untuk memberikan kesan yang berbeda agar supaya siswa tidak merasa bosan. Dengan diberikannya strategi variasi mengajar terhdap siswa, maka ada peningkatan belajar siswa yaitu lebih aktif dan bersemangat dalam belajar permainan bola voli sehingga ada peningkatan hasil belajar siswa yaitu passing bawah.

Dengan demikian semakin bagus guru menunjukkan strategi variasi mengajar pada pembelajaran passing bawah maka semakin meningkat kemampuan siswa dalam *passing* bawah pada permainan bola voli siswa kelas VII.3 SMPN 4 Siak Hulu.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kerangka pemikiran yang telah dijelaskan diatas, hipotesis penelitian diajukan dalam bentuk pertanyaan. “Apakah melalui Strategi variasi mengajar dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas VII.3 SMP N 4 Siak Hulu,?”



BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

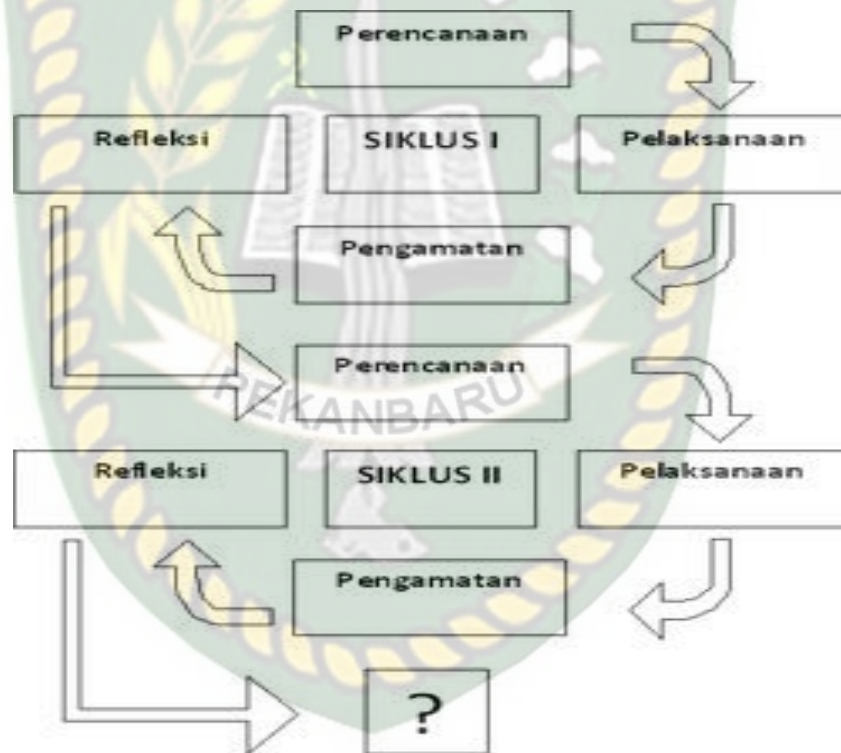
Adapun jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam bahasa Inggris disebut (*Classroom Action Research*, disingkat CAR) adalah penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran dikelasnya. Suharjono (2003:124). Selanjutnya di dalam buku Maksum (2012:88) PTK adalah proses penelitian bersiklus yang bertujuan untuk memperbaiki kualitas pembelajaran di kelas secara berkelanjutan.

Penelitian ini terdiri dari dua siklus, adapun setiap siklus dilakukan dalam dua kali pertemuan. Tiap siklus terdiri dari langkah-langkah perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan/ observasi dan refleksi.

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. Dan untuk mengetahui apa yang kurang pada pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan.

Daur siklus Penelitian Tindakan Kelas menurut Arikunto adalah sebagai berikut:



Gambar 3 Siklus pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Arikunto,2016:42

Langkah – langkah Penelitian :

SIKLUS I

a. Perencanaan :

1. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan silabus.
2. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan.
3. Menyiapkan bahan obsevasi dan mempersiapkan semua alat yang diperlukan.
4. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan dengan strategi variasi mengajar

b. Pelaksanaan :

Pelaksanaan disesuaikan dengan RPP yang telah di susun.

Pelaksanaan terdiri dari :

- 1). Kegiatan Awal
- 2). Kegiatan Inti
- 3). Kegiatan Penutup

c. Observasi :

Obsevasi yang dilakukan adalah dengan menggunakan format lembar observasi yang telah di sediakan. Aspek –aspek yang diamati adalah :

1. Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli
2. Pelaksanaan strategi variasi mengajar

d. Refleksi :

1. Melakukan evaluasi tindakan yang telah dilakukan.
2. Meningkatkan rencana untuk menyusun rencana pengajaran.
3. Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan strategi variasi mengajar

SIKLUS II**a. Perencanaan :**

1. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan silabus.
2. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan.
3. Menyiapkan bahan observasi dan mempersiapkan semua alat yang diperlukan.
4. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan dengan strategi variasi mengajar
5. Melanjutkan pembelajaran bagi siswa yang belum tuntas pada siklus I.

b. Pelaksanaan :

Pada siklus 2 pelaksanaan tindakan akan di sesuaikan dengan hasil refleksi. Pelaksanaan disesuaikan dengan RPP yang telah di susun.

Pelaksanaan terdiri dari :

- 1). Kegiatan Awal
- 2). Kegiatan Inti

3). Kegiatan Penutup

c. Observasi :

Observasi yang dilakukan adalah dengan menggunakan format lembar observasi yang telah disediakan. Aspek –aspek yang diamati adalah :

3. Aktivitas siswa dalam melakukan passing bawah bola voli
4. Pelaksanaan pembelajaran strategi variasi mengajar

d. Refleksi :

Hasil observasi dari pelaksanaan tindakan dijadikan bahan referensi yang digunakan untuk perubahan, perbaikan dan peningkatan pengajaran yang dilihat dari hasil data-data.

B. Populasi dan Sampel.

1. Populasi Penelitian

Menurut Arikunto (2006 :130) Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII 3 SMP N 4 Siak Hulu sebanyak 34 orang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1 : Populasi Penelitian Siswa kelas VII.3 SMP N 4 Siak Hulu.

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	VII 3	20 orang	14 orang	34 orang

(Sumber : Tata Usaha SMPN 4 Siak Hulu, 2018)

2. Sampel Penelitian

Menurut Arikunto (2006 :131) Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sehubungan dengan penelitian ini adalah penelitian Tindakan Kelas (PTK) , maka seluruh populasi diambil sebagai sampel (total sampling) . Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 34 orang.

C. Definisi Operasional

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

- a. Keterampilan adalah suatu kemampuan dan keahlian seseorang di dalam melakukan sesuatu dengan kreatif dan bermakna sehingga menghasilkan sebuah nilai yang baik.
- b. *Passing* bawah adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu dengan menggunakan kedua pergelangan tangan yang dirapatkan.
- c. strategi variasi mengajar adalah keanekaaan yang membuat sesuatu tidak monoton dan di dalamnya terdapat perubahan – perubahan atau perbedaan –perbedaan yang sengaja diciptakan/dibuat untuk memberi kesan yang untuk agar siswa tidak merasa bosam pada saat proses belajar mengajar.
- d. PTK adalah penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran dikelasnya.

D. Pengembangan Instrumen

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua alat yaitu berupa tes dan non tes. Teknik tes digunakan untuk menjaring data berkaitan dengan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli menggunakan tes unjuk kerja *passing* bawah bola voli. Sedangkan teknik non tes adalah teknik yang digunakan peneliti dalam rangka menilai keberhasilan dan kurang berhasilnya proses pembelajaran yang dilakukan, dalam hal ini menggunakan teknik observasi. Penerapan teknik non tes dalam rangka menjaring data penelitian yaitu peneliti dan observer melakukan pengamatan secara mencatat hal-hal yang dilakukan oleh peneliti. Maka instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 2 : Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli.

No	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Sikap awalan melakukan gerakan			
2	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor Maksimal (9)				

(Mohammad, 2014:52)

Keterangan :

- 3 = Baik
- 2 = Cukup
- 1 = Kurang

Kriteria penskoran:

1. Sikap permulaan melakukan gerakan:

Skor Baik jika :

- a. Kedua lutut di tekuk,
- b. Badan sedikit membungkuk kedepan,
- c. Berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan kedua tangan saling berpegangan.

Skor Cukup jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

2. Gerak pelaksanaan:

Skor Baik jika :

- a. Kedua tangan mengayun kearah datangnya bola
- b. Badan dan di ayun hampir lurus, sumbu gerak persendian bahu,
- c. Siku benar-benar lurus, perkenaan bola pada bagian lengan diatas pergelangan tangan.

Skor Cukup jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

3. Gerak Lanjut :

Skor Baik Jika :

- a. Ayunan lengan mengenai bola,
- b. Salah satu kaki melangkah ke depan untuk mengambil sikap kembali ayunan lengan untuk *passing* bawah
- c. Posisi badan tidak melebihi sudut 90° dengan bahu/badan

Skor Cukup jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, penulis memakai metode tes dan pengukuran. Disamping itu dilengkapi dengan kepustakaan dan observasi.

1. Observasi

Observasi adalah dilakukan pada sebelum pembuatan skripsi dan pada saat pelaksanaan penelitian. Observasi dilakukan dengan pengamatan langsung di lokasi lapangan.

2. Perpustakaan.

Buku dan teori yang mendukung terhadap konsep yang mendukung tentang *passing* bawah dalam permainan bola voli.

3. Tes dan pengukuran.

Teknik tes digunakan untuk mengetahui pengaruh strategi pembelajaran variasi mengajar terhadap keterampilan *passing* bawah kelas VII.3 SMPN 4 Siak Hulu. Dengan tes unjuk kerja digunakan memperoleh data tentang *passing* bawah yang dilakukan dan sesudah penelitian.

F. Teknik Analisis Data

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

1. Teknik penilaian

Tes unjuk kerja (psikomotor)

Lakukan teknik passing bawah

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

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

Selanjutnya interval dan kategori penilaian terhadap kemampuan keterampilan *passing* bawah bola voli berdasarkan pada :

Tabel 3. Interval kategori kemampuan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli

No	Interval	Kategori
1	91 – 100	Sangat baik
2	80 – 90	Baik
3	70 – 79	Cukup
4	60 – 69	Kurang

(Kusumawati,2015)

Sesuai kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran penjas di SMP N 4 Siak Hulu, maka apabila tuntas mendapatkan nilai >71. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu melakukan passing bawah bola voli dengan nilai minimal 71 maka kelas itu dinyatakan tuntas.

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

$$P = \frac{F}{N} \times 100\% \quad (\text{Sudijono, 2011:43})$$

Keterangan :

P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa



BAB IV

HASIL PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Melalui Strategi Variasi Mengajar dalam Permainan Bola Voli Kelas VII.3 di SMPN 4 Siak Hulu sehingga di peroleh hasil pengolahan data yaitu sebagai berikut :

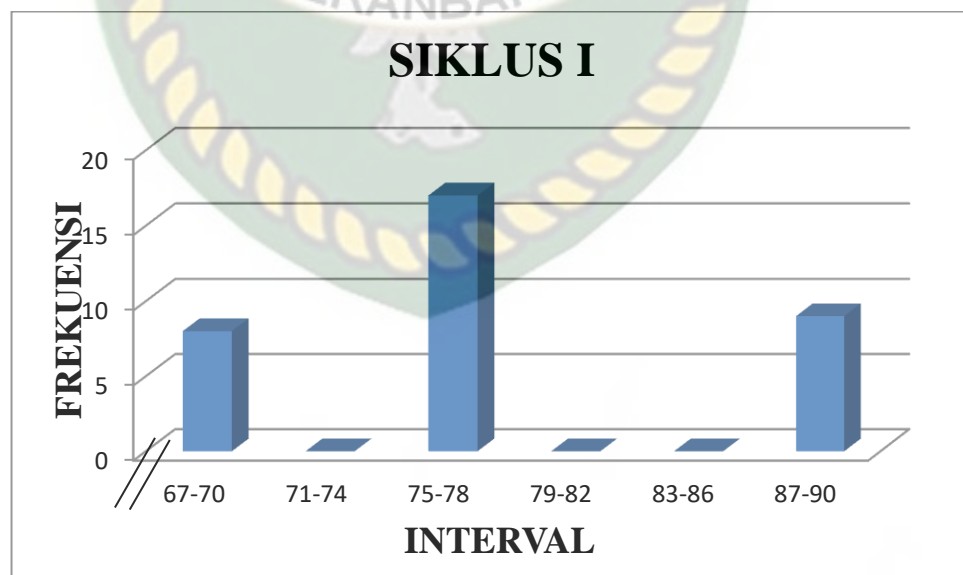
1. Data Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kelas VII.3 SMPN 4 Siak Hulu Pada Siklus 1

Setelah dilakukan pembelajaran *passing* bawah bola voli pada kelas VII.3 SMPN 4 Siak Hulu pada siklus I, diperoleh data yakni: nilai tertinggi pelaksanaan siklus I adalah 89, sedangkan nilai terendah pada siklus I adalah 67. Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus I di dapat kelas interval antara 67-70 dengan 8 siswa atau dengan nilai persentase 24%, nilai interval antara 71-74 dengan 0 siswa atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval antara 75-78 dengan 17 siswa atau dengan nilai persentase 50%, nilai interval 79-82 dengan 0 siswa atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 83-86 dengan 0 siswa atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 87-90 dengan 9 siswa atau dengan nilai persentase 26%, untuk lebih jelas dapat di lihat tabel distribusi frekuensi tes penilaian siklus I sebagai berikut.

Tabel 4. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus I

NO	Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	67 – 70	8	24 %
2	71 – 74	0	0 %
3	75 – 78	17	50 %
4	79 - 82	0	0 %
5	83 – 86	0	0 %
6	87 - 90	9	26 %
Jumlah		34	100 %

Selanjutnya dari hasil distribusi data siklus I kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu di atas, dapat di klasifikasikan pada diagram di bawah ini.

**Grafik 1. Histogram Siklus I Kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu**

Berdasarkan hasil yang di peroleh pada siklus I, masih terdapat siswa yang belum mencapai KKM. Oleh karena itu, di lanjutkan pembelajaran pada siklus II.

2. Data Hasil Penilaian *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kelas VII.3 SMPN 4 Siak Hulu Pada Siklus 1

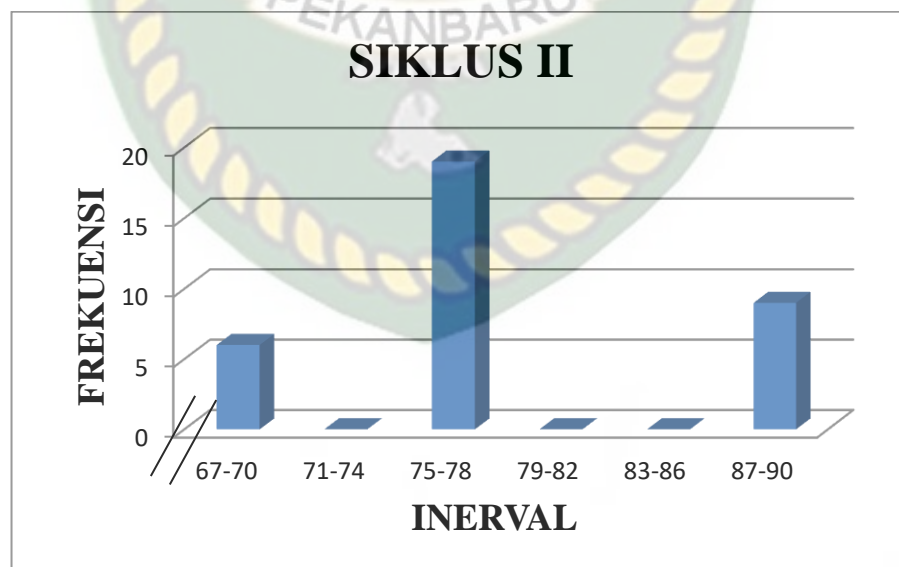
Setelah dilakukan siklus I, masih juga terdapat siswa yang belum mencapai nilai KKM, maka langkah selanjutnya adalah dengan melakukan penilaian *passing* bawah pada siklus II yang bertujuan agar nilai siswa bisa mencapai target nilai KKM yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil tes siklus II, di peroleh data yaitu : nilai tertinggi pelaksanaan siklus II adalah 89, sedangkan nilai terendah pelaksanaan siklus II adalah 67.

Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus II, antara 67-70 dengan nilai frekuensi 6 atau dengan nilai persentase 18%, nilai interval antara 71-74 dengan nilai frekuensi 0 atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 75-78 dengan nilai frekuensi 19 atau dengan nilai persentase 56%, nilai interval 79-82 dengan nilai frekuensi 0 atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 83-86 dengan nilai frekuensi 0 atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 87-90 dengan nilai frekuensi 9 atau dengan nilai persentase 26%. Untuk lebih jelas dapat di lihat tabel distribusi frekuensi tes penilaian siklus I sebagai berikut.

Tabel 5. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus II

NO	Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif
1	67 – 70	6	18 %
2	71 – 74	0	0 %
3	75 – 78	19	56 %
4	79 – 82	0	0 %
5	83 – 86	0	0 %
6	87 – 90	9	26 %
Jumlah		34	100 %

Selanjutnya dari hasil distribusi data siklus II kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu di atas, dapat di klasifikasikan pada diagram di bawah ini.

**Grafik 2. Histogram Siklus II Kelas VII 3 SMPN 4 Siak Hulu**

B. Analisis Data

1. Analisis *Passing* Bawah Bola Voli Kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu Pada Siklus I

Berdasarkan tes penilaian *passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu pada siklus I dari 34 siswa, maka nilai siswa yang telah mencapai KKM adalah sebanyak 26 orang dengan persentase 76%, sedangkan 8 siswa belum mencapai nilai KKM dengan persentase 24%.

Pada sikap awalan, indikator penilaian yaitu Kedua lutut di tekuk, badan sedikit membungkuk kedepan, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan kedua tangan saling berpegangan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap awalan adalah 102, dimana skor ini seluruh siswa mendapat nilai 3 yaitu nilai tertinggi pada indikator penilaian.

Pada sikap pelaksanaa, indikator penilaian yaitu Kedua tangan mengayun kearah bola, badan dan di ayun hampir lurus, sumbu gerak persendian bahu, Siku benar-benar lurus,perkenaan bola pada bagian lengan diatas pergelangan tangan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap pelaksanaan adalah 77, dimana skor 3 didapat oleh 10 siswa, skor 2 didapat oleh 23 siswa, dan skor 1 didapat oleh 1 siswa.

Pada sikap akhir, indikator penilaian yaitu Ayunan lengan mengenai bola, salah satu kaki melangkah ke depan untuk mengambil sikap kembali ayunan lengan untuk *passing* bawah. Jumlah skor keseluruhan dari sikap akhir adalah 61, dimana skor 3 didapat oleh 3 siswa, skor 2 didapat oleh 21 siswa, dan skor 1 didapat oleh 10 siswa.

Banyaknya siswa yang belum mencapai nilai KKM pada pembelajaran passing bawah bola voli melalui variasi mengajar kelas VII 3 di SMPN 4 Siak Hulu. Hal ini disebabkan karena siswa kurang memahami teknik dasar *passing* bawah, koordinasi gerakan sehingga siswa tidak mampu melakukan tahapan-tahapan *passing* bawah dengan benar, maka dari itu perlunya perbaikan terhadap pembelajaran pada *passing* bawah bola voli di siklus II.

2. Analisis *Passing* Bawah Bola Voli Kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu Pada Siklus II

Berdasarkan tes penilaian *passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar kelas VII. 3 SMPN 4 Siak Hulu pada siklus II dari 34 siswa, maka nilai siswa yang telah mencapai KKM adalah sebanyak 28 orang dengan persentase 82%, sedangkan 6 siswa belum mencapai nilai KKM dengan persentase 18%.

Pada sikap awalan, indikator penilaian yaitu Kedua lutut di tekuk, badan sedikit membungkuk kedepan, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan kedua tangan saling berpegangan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap awalan adalah 102, dimana skor ini seluruh siswa mendapat nilai 3 yaitu nilai tertinggi pada indikator penilaian.

Pada sikap pelaksanaa, indikator penilaian yaitu Kedua tangan mengayun kearah bola, badan dan di ayun hampir lurus, sumbu gerak persendian bahu, Siku benar-benar lurus,perkenaan bola pada bagian lengan diatas pergelangan tangan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap pelaksanaan adalah 77, dimana skor 3 didapat oleh 10 siswa, skor 2 didapat oleh 23 siswa, dan skor 1 didapat oleh 1 siswa.

Pada sikap akhir, indikator penilaian yaitu Ayunan lengan mengenai bola, salah satu kaki melangkah ke depan untuk mengambil sikap kembali ayunan lengan untuk *passing* bawah. Jumlah skor keseluruhan dari sikap akhir adalah 63, dimana skor 3 didapat oleh 3 siswa, skor 2 didapat oleh 23 siswa, dan skor 1 didapat oleh 8 siswa.

Berdasarkan analisis data pada siklus I dan II, dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Siswa Kelas VII 3 SMPN 4 Siak Hulu

Interval	Jumlah	Persentase	Kategori
Siklus I	26	76%	Tuntas
	8	24%	Tidak Tuntas
Siklus II	28	82%	Tuntas
	6	18%	Tidak Tuntas

C. Pembahasan

Penerapan pembelajaran *passing* bawah melalui variasi mengajar dalam proses pendidikan jasmani, siswa mendapatkan pembelajaran yang lebih bervariasi dari pelajaran bola voli tersebut dengan melakukan *passing* bawah dengan beberapa bentuk variasi siswa pun mampu dan dapat melakukan koordinasi gerakan yang baik sehingga tercapai suatu indikator penilaian yang telah di tentukan.

Dari hasil penelitian data pada siklus I terdapat ketuntasan klasikal siswa, saat siklus I siswa yang telah mencapai nilai KKM sebanyak 26 siswa dengan persentase 76%, sedangkan siswa yang belum mencapai nilai KKM sebanyak 8 persentase 24%. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa dan siswi mampu melakukan teknik *passing* bawah dengan nilai minimal 71 maka kelas tersebut dinyatakan tuntas, untuk itu perlu dilakukan penelitian kembali pada siklus II.

Pada hasil penelitian siklus II dimana siswa yang telah mencapai nilai KKM sebanyak 28 siswa dengan persentase 82%, sedangkan siswa yang belum mencapai nilai KKM sebanyak 6 siswa dengan persentase 18%. Di siklus II sudah terjadi peningkatan dari pada siklus I dimana siswa yang tuntas sudah 28 siswa.

Kelemahan yang terdapat pada pembelajaran *passing* bawah melalui variasi mengajar pada siklus I setelah di perbaiki pada siklus II ternyata dapat meningkatkan hasil belajar siswa, melalui perbaikan yang dilakukan pada proses pembelajaran *passing* bawah melalui variasi mengajar pada siklus II, hasil belajar siswa telah mencapai ketuntasan.

Berdasarkan uraian diatas, ini menunjukkan bahwa dengan penerapan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui variasi mengajar dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada permainan bola voli kelas VII.3 di SMPN 4 Siak Hulu.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pertanyaan penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Terdapat Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Melalui Variasi Mengajar Dalam Permainan Bola Voli Kelas VII. 3 di SMPN 4 Siak Hulu”. Hal ini di sebabkan dari pelaksanaan siklus I terdapat 26 siswa yang mencapai nilai KKM (76%). Maka dilanjutkan dengan pelaksanaan penelitian siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah yang di dapat yaitu 28 siswa yang mencapai nilai KKM (82%).

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan kesimpulan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti ingin memberikan saran kepada para guru khususnya guru pendidikan jasmani untuk kedepannya lebih baik lagi, yaitu sebagai berikut :

1. Guru, harusnya lebih melihat kemampuan siswa, dan dapat memberikan metode pembelajaran yang lebih bervariasi dari biasanya yang telah dilakukan selama pembelajaran sebelum adanya penelitian ini.

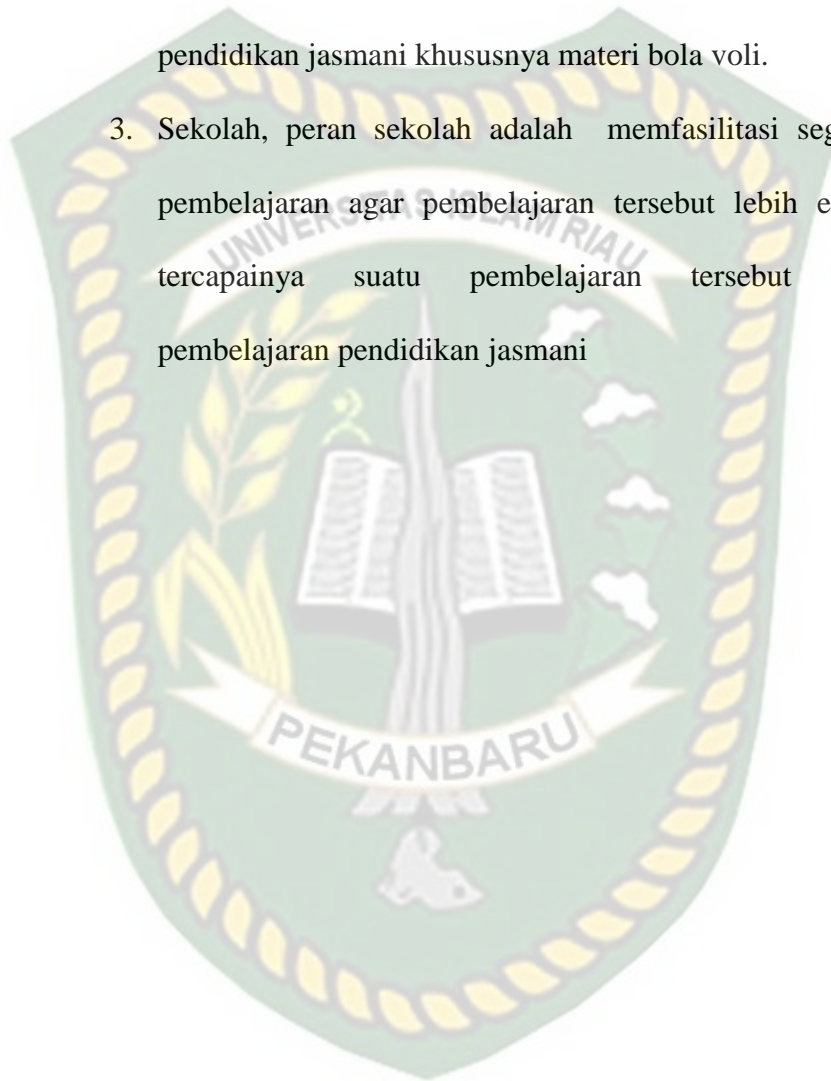
2. Siswa, lebih aktif lagi di dalam pembelajaran, ikuti pembelajaran apa yang telah guru berikan sehingga mampu menguasai materi dan keterampilan pada pembelajaran pendidikan jasmani khususnya materi bola voli.
3. Sekolah, peran sekolah adalah memfasilitasi segala proses pembelajaran agar pembelajaran tersebut lebih efisien, dan tercapainya suatu pembelajaran tersebut khususnya pembelajaran pendidikan jasmani.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

2. Siswa, lebih aktif lagi di dalam pembelajaran, ikuti pembelajaran apa yang telah guru berikan sehingga mampu menguasai materi dan keterampilan pada pembelajaran pendidikan jasmani khususnya materi bola voli.
3. Sekolah, peran sekolah adalah memfasilitasi segala proses pembelajaran agar pembelajaran tersebut lebih efisien, dan tercapainya suatu pembelajaran tersebut khususnya pembelajaran pendidikan jasmani



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Aji, Sukma (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi.
- Arikunto, Suharsimi (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi (2016). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Asril, Zainal (2012). *Micro Teaching disertai dengan Pedoman Pengalaman Lapangan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Budiantoro, P., Haetami, M., & Hidasari, F. P. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*.
- Dieter, Beutelstahl. (2011). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung : Pionir Jaya
- Djamarah, Bahri Syaiful (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Erianti. (2004). *Buku Ajar Bola Voli*. Padang: Sukabina Press.
- Fimansyah, D. (2015). Pengaruh Strategi Pembelajaran Dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika. *JUDIKA (JURNAL PENDIDIKAN UNSIKA)*
- Hidayat, Winoto (2017): *Buku Pintar Bola Voli* Jakarta Timur: Anugrah
- Irawan, D. Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli . *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Untan*.
- Kusumawati, Mia. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasoekes*. Bandung: Alfabeta
- Maksum, Ali (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Jakarta: Unesa University Press

- Nuh, Mohammad. (2014). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, Edisi Revisi*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Nugroho, A. (2017). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Dengan Modifikasi Alat Pada Siswa Dasar*.
- Rahayu, Ega Trisna. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Sudijono, Anas (2011). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Perss.
- Suharjo (2003). *Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Kegiatan Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukirno (2012). *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang: Unsri Press.
- Usman, Moh. Uzer. 2010. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Winata, D.C (2017). *Upaya meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran pada Siswa kelas VII A SMP Swasta Amal Bakti Medan Tahun Ajaran 2014/2015*. Tren baru dalam penelitian dan penelitian bidang olahraga.



UNIVERSITAS ISLAM RIAU
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
Jl. Kaharudin Nasution No.113 Marpoyan Pekanbaru Riau

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISM
Nomor : 120/A-UIR/661-PENJASKESREK/2019

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi Universitas Islam Riau menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

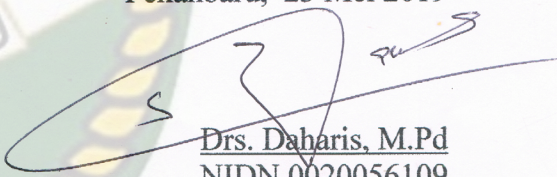
Nama	Dwi Maya Abdiliah
NPM	156610225
Program Studi	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul Skripsi :

“Upaya Meningkatkan keterampilan passing bawah melalui strategi variasi mengajar dalam permainan bolavoli Kelas VII 3 SMPN 4 Siak Hulu”

Dinyatakan sudah memenuhi syarat plagiarism 17% pada keseluruhan naskah skripsi yang disusun sebagaimana **bukti terlampir**. Surat Keterangan ini digunakan sebagai persyaratan untuk pengurusan surat keterangan Bebas Pustaka.

Pekanbaru, 23 Mei 2019


Drs. Daharis, M.Pd
NIDN 0020056109