

**UPAYA PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH  
PERMAINAN BOLA VOLI MELAUAI METODE BERMAIN  
SISWA KELAS VIII<sup>10</sup> MTsN 3 KOTA PEKANBARU**

**SKRIPSI**

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



**OLEH :**

**I MADE BAYU DWI ANGGARA**  
**NPM : 156610559**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU  
PENDIDIKAN UNIVERSITAS ISLAM RIAU  
PEKANBARU  
2019**

## ABSTRAK

### UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI METODE BERMAIN SISWA KELAS VIII<sup>10</sup> MTsN 3 KOTA PEKANBARU.

Tujuan peneliti ini adalah untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru melalui metode bermain. Jenis penelitian ini adalah PTK (penelitian tindakan kelas). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru sebanyak 25 orang. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah total sampling dengan demikian jumlah sampel adalah 25 orang siswa. Pada siklus I dengan hasil persentase 76,68% dengan kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dapat menangkap pembelajaran dengan baik menggunakan metode bermain. Pada siklus II rata-rata kemampuan siswa mengalami peningkatan dengan hasil persentase 80,76% dengan peningkatan siklus I dan II 5%. Dari hasil persentase 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 VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru.

**Kata Kunci :** *Passing* Bawah Metode Bermain



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : i made bayu dwi anggara  
NMP : 156610559  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jenjang Studi : Strata Satu (SI)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan teknik dasar passing bawah Permainan bola voli melalui metode bermain siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat.
2. Penulisan yang saya lakukan murni karya saya sendiri dan dibimbing oleh dosen yang telah ditunjuk oleh Dekan FKIP Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan isi skripsi yang merupakan duplikasi dari skripsi orang lain, maka saya menerima sanksi pencabutan gelar dan ijazah yang telah saya terima dan saya bersedia dituntut sesuai dengan peraturan dan perundangan yang berlaku.

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



**I made bayu dwi anggara**  
**NMP. 156610559**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penelitian panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-nya sehingga penelitian dapat menyelesaikan proposal tentang “UPAYA MENINGKAT TEKNIK DASAR PASSING BAWAH MELALU METODE BARMAIN PADA SISIWA KELAS VIII<sup>10</sup> MTsN 3 KOTA PEKANBARU”

Dalam menyelesaikan proposal ini, penelitian banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada

1. Drs Daharis M.Pd sebagai jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi pada fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas islam riau
2. Melina sari M.Pd selaku sekretaris jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi universitas islam
3. Drs zulrafli M.Pd sebagai pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan serta sumbangan pemikiran dalam menyelesaikan proposal ini
4. Bapak/ibu dosen program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas islam riau yang lah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di universitas islam riau.

Semoga bantuan,bimbingan dan petunjuk yang bapak,dan rekan-rekan berikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari allah SWT. Akhirnya peneliti menyadari bahwa proposal ini belum sempurna, oleh karna itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang konstruktif dari semua pihak.

Pekanbaru, desember 2018

peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>SURAT KETERANGAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>BERITA BIMBINGAN ACARA SKRIPSI</b> .....	vi
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
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 .....	11
B. Kerangka Berpikir.....	15
C. Hipotesis Tindakan.....	16
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	17
B. Populasi dan Sampel .....	21
C. Definisi Operasional.....	22
D. Pengembangan Instrumen .....	22
E. Teknik Pengumpulan Data .....	25
F. Teknik Analisi Data .....	25
 <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Analisis Data .....	27
B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	31
C. Kesimpulan .....	35
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	40
B. Saran .....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>42</b>

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 .Metode Bermain.....	13
Gambar 2 .Metode Bermain.....	14
Gambar 3 .Metode Bermain.....	14
Gambar 4 .Metode Bermain.....	14
Gambar 5 .Metode Bermain.....	15
Gambar 6 .Skema PTK .....	18
Gambar 7 .Histogram Penilaian Siklus I.....	28
Gambar 8 .Histogram Penilaian Siklus II .....	30
Gambar 9. Perbandingan Histogram Penilaian Siklus I Dan II .....	36
Gambar 10. Dokumentasi penelitian.....	55

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Populasi Peneliti.....	22
Tabel 2. Rubrik Penilaian.....	24
Tabel 3. Interval Kategori.....	24
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Siklus I.....	28
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Siklus II.....	30
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Siswa.....	35

# BAB I

## PEDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kegiatan jasmani yang dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Kegiatan ini dalam perkembangannya dapat dilakuakn sebagai kegiatan yang menghibur dan menyenangkan. Pemerintah sendiri menjadikan olahraga sebagai pendukung terwujudnya manusia indonesia yang sehat dengan menepatkan olahraga sebagai salah satu arah kebijakan pembangunan yang menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup.

Pendidikan olahraga mempunyai peran penting dan strategi dalam membangun bangsa. Pendidikan dapat menjadi sarana dalam perkembangan olahraga di sekolah. Olahraga secara teratur berdampak pada meningkatnya kebugaran. Muaranya memperbaiki kesehatan masyarakat, terutama bagi kaum muda.

Pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah menengah pertama merupakan mata pelajaran yang wajib dicantumkan dalam kurikulum. Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan terdapat banyak cabang olahraga antara lain atlet dan pemain. Di antara pemain terdapat berbagai macam jenis permainan yang salah satunya adalah bola voli.

Sebagaimana yang telah terdapat dalam undang-undang republik indonesia No. 3 tahun 2005 pasal 25 ayat 6: “untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah keluarga, serta diselenggarakan kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Berdasarkan uraian diatas dapat dijelaskan bahwa olahraga merupakan suatu bentuk kegiatan yang memerlukan pembinaan dan pengembangan baik melalui jalur keluarga, jalur pendidikan maupun jalur masyarakat. Pada jalur pendidikan yang dimaksud adalah bagi anak didik ataupun siswa yang ada disekolah. Banyak jenis olahraga yang memerlukan pembinaan, salah satunya adalah olahraga bolavoli.

Untuk dapat bermain bolavoli dengan baik di butuhkan penguasaan bermacam-macam teknik. Mutu permainan bolavoli ditentukan dengan penguasaan teknik dasar bolavoli secara baik dan terampil. Adapun teknik dasar bolavoli yang dapat di pelajari diantaranya adalah teknik dasar servis, pas (*passing*), umpan (*set-uper*), smash, dan bendungan (*block*). Dalam permainan bolavoli, salah satu kesulitan yang dialami siswa adalah penguasaan teknik dasar, khususnya dalam keterampilan passing bawah. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting di kuasai, karna teknik ini yang banyak digunakan dalam permainan bolavoli tingkat dasar. Untuk melakukan *passing* di butuhkan ketangkasan, gerakan yang cepat, koordinasi mata dan tangan yang baik, kekuatan tangan serta kesiapan mental.

*Passing* dalam permainan bolavoli adalah usaha seorang pemain bolavoli dengan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman seregunya. *Passing* juga bisa dilakukan dari atas (*pass* atas) dan dari bawah (*pass* bawah). Untuk mencapai suatu tujuan pembelajaran diperlukan metode yang tepat yang dianggap cocok dalam teknik dasar *passing* bawah dalam permainan-permainan bolavoli pada MTsN, salah satu metode itu ialah dengan menggunakan metode bermain.

Metode bermain adalah metode yang merujuk pada tindakan atau perbuatan guru, yang dimaksud untuk memacu dan mengikat perhatian siswa selama pembelajaran berlangsung, biasanya metode bermain ini banyak dilakukan oleh guru penjaske. Oleh karena itu untuk mengetahui hal tersebut perlu buktikan melalui penelitian.

Metode bermain yakni metode pembelajaran yang menekankan pada suatu kegiatan dalam proses interaksi belajar mengajar yang di tunjukan untuk mengatasi kebosanan siswa sehingga dalam belajar mengajar siswa senantiasa menunjukkan ketekunan, atusiasme, serta partisipasi. Dalam metode ini di tuntutan selalu berperan aktif dalam proses pembelajaran karena keaktifan dan kekreatifan sangatlah diharapkan agar siswa tidak merasa bosan serta jenuh dalam pembelajaran penjas disekolah. Dengan adanya latihan bermain tersebut siswa tidak akan merasa jenuh dalam proses belajar mengajar dan akan lebih semangat sehingga akan lebih percaya diri dan memiliki kemampuan menguasai bola dengan baik.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di MTsN 3 kota Pekanbaru diketahui bahwa adanya beberapa masalah atau fenomena-fenomena yang terjadi dalam melakukan *passing* bawah diantaranya banyak siswa yang belum menguasai teknik *passing* bawah bolavoli antara lain; Posisi kaki, posisi badan, posisi kedua tangan, dan gerak lanjutan. Bagian-bagian tubuh tersebut merupakan rangkaian gerakan *passing* bawah yang tidak dapat dipisahkan pelaksanaannya untuk menghasilkan kualitas *passing* bawah yang baik dan sempurna. Sehingga dapat dikatakan bahwa kemampuan *passing* bawah siswa masih rendah. Hal tersebut disebabkan oleh belum adanya penerapan latihan khusus seperti diterapkannya metode-metode bermain latihan tersebut untuk meningkatkan penguasaan teknik *passing* bawah siswa. Ketidaksiapan tersebut terlihat dari koordinasi gerakan siswa yang masih kaku dalam melakukan *passing* bawah. Fleksibilitas masih kurang baik, ini terlihat ketika siswa menerima bola dengan sikap kedua tangan yang tidak ditekut sedikit pada siku sehingga siswa terlihat kaku sewaktu menerima bola.

Disamping itu belum tercapainya KKM permainan bola voli kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru pada tanggal 25 september 2018 di peroleh informasi bahwa KKM yang ditetapkan sekolah tersebut adalah 75.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan berjudul **“Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Passing Bawah Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru”**.

## B. Identifikasi Masalah

Sebagaimana telah dijelaskan dalam latar belakang diatas, maka masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Masih banyak diantara siswa yang belum menguasai teknik *passing* bawah permainan bolavoli
2. Masih banyak diantara siswa yang kurang menguasai gerak dasar teknik *passing* bawah dalam permainan bolavoli
3. Masih banyak diantara siswa yang kurang penempatan bola *passing* bawah dalam permainan bolavoli
4. Apakah terdapat peningkatan metode bermain terhadap kemampuan *passing* bawah siswa dalam permainan bolavoli
5. Tidak tercapai KKM *passing* bawah dalam bolavoli

## C. Pembatasan masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang ada dan keterbatasan waktu, dana dan kemampuan, maka penulis mambatasi masalah dalam penelitian ini yaitu upaya meningkatkan teknik dasar *passing* bawah melalui metode bermain pada siswa MTsN 3 kota pekanbaru.

## D. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan apakah metode bermain dapat meningkatkan teknik dasar *passing* bawah siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru.

### **E. Tujuan penelitian**

Sesuai dengan permasalahan diatas yang telah diuraikan, tujuan peneliti yang hendak dicapai adalah : untuk mengetahui apakah peningkatkan teknik dasar passing bawah melalui metode bermain pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota Pekanbaru.

### **F. Manfaat penelitian**

Kegunaan dan mamfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Bagi siswa, untuk menambah serta meningkatkan kualitas pengetahuan dan kemampuan siswa serta semangat siswa untuk berpretasi dalam olahraga khususnya permainan bolavoli
- 2) Bagi guru, dapat dijadikn bahan sebagai pengajaran agar dapat lebih mudah dalam mengajarkan berbagai teknik dan taktik dalam permainan bolavoli
- 3) Bagi sekolah, dapat dijadikan untuk menambah prestasi olahraga permainan bolavoli sekolah tersebut.
- 4) Bagi peneiti untuk mengetahui salah satu syarat untuk mendapatkan gelar serjana pendidikan di universitas islam riau
- 5) Bagi fakultas dapat dijadikan yang sangat penting untuk di baca bagi mahasiswa lainnya khusus permainan bolavoli.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakikat *Passing* Bawah

###### a. Pengertian *passing* bawah

*Passing* bawah adalah suatu teknik dasar yang digunakan dalam permainan bolavoli, yang sangat dominan yaitu *passing* bawah. Menurut Mukholid dalam Ernailis (2016: 55) “*passing* bawah adalah suatu teknik yang dilakukan untuk memantulkan bola dari servis lawan, untuk arahkan kepada toser”. Menurut Hidayat (2017: 43) “*passing* bawah adalah suatu teknik yang digunakan dengan kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian menggenggam bagian telapak tangan lain. Kedua lengan bersikap lurus kebawah dengan bagian bawah siku menghadap kearah depan”. Menurut Sarjiyanto dan Sujarwadi dalam Mita Erliana (2010:6) “*passing* bawah adalah pengambilan bola dengan tangan bergandengan satu sama lain dengan ayunan dari bawah atas depan”.

Menurut Beutehstahl dalam Hidayat, dkk (2018) “*passing* bawah merupakan suatu teknik dasar yang paling awal di ajarkan bagi siswa atau awal pemula”, Sedangkan menurut Ahmadi (2007: 24) “*passing* bawah adalah suatu teknik yang dilakukan dengan teknik menjangkau bola ke depan atau dengan gerakan *diving*, karena bola akan jatuh jauh di depan pemainan tidak mungkin dikembalikan dengan *passing* bawah biasa”. Sedangkan Blume (2004: 70) “*passing* bawah adalah suatu elemen pokok dari pertahanan. Bola yang dipukul

terlalu keras dan sulit untuk diumpangkan, maka harus dimainkan dengan *passing* bawah”.

Berdasarkan kutipan di atas maka dapat di simpulkan *passing* bawah adalah suatu teknik dasar dalam permainan bola voli yang mengantur suatu serangan atau bermain didaerah sendiri.

b. Teknik dasar *passing* bawah

Menurut Barbara dkk, (2004: 20) cara melakukan teknik *passing* bawah adalah

Tahap persiapan

- 1) Bergerak kearah datangnya bola dan atur posisi tubuh
- 2) Genggam jemari tangan.
- 3) Kaki dalam posisi merengang dengan santai, bahu terbuka lebar.
- 4) Tekuk lutut,tahan tubuh dengan posisi rendah.
- 5) Bentuk landasan dengan lengan.
- 6) Sikut terkunci.
- 7) Lengan sejajar dengan paha
- 8) Pinggang lurus.
- 9) Pandangan kearah bola.

Tahap pelaksanaan

- 1) Terima bola didepan badan.
- 2) Kaki sedikit diulurkan.
- 3) Berat badan dialihkan kedepan.
- 4) Pukullah bola jauh dari badan.

- 5) Pinggul bergerak kedepan.
- 6) Perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan pada lengan bagian dalam pada perkumaaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku.

Tahap lanjutan

- 1) Jari tangan tetap digenggam.
- 2) Suku tetap terkunci.
- 3) Landasan mengikuti bola kesasaran.
- 4) Pindahkan berat badan kearah sasaran.
- 5) Perhatikan bola bergerak ke sasaran.

Menurut Sukrisno, dkk. (2007: 55) cara melakukan teknik dasar *passing* bawah

- 1) Kedua lutut ditekuk
- 2) Badan dicondong ke depan
- 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 dalam *passing* bawah

Menurut Ahmadi (2007: 24) kesalahan-kesalahan umum pada pelaksanaan teknik *passing* bawah:

- a) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.

- b) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan kedepan dibandingkan gerakan ke atas, sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak  $90^0$
- c) Bola jatuh pada kepalan telapak tangan.
- d) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- e) Tidak ada kordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- f) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif sehingga bola jari jauh menyeleweng.
- g) Kurang menekuk lutut padaa langkah persiapan pelaksanaan.
- h) Persentuhan bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada) sehingga bola arah nya keatas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan passing.
- i) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas, dilakukan dengan *passing* bawah.
- j) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul
- k) Pemain malas melakukan *passing* atas terutama pada wanita setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- l) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola(cepat, lambat, berputar).
- m) Lengan memukul digerakan dua kali
- n) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan cara memperbaiki kesalahan-kesalahan *passing* bawah dengan guru harus memperhatikan gerak dasar saat melakukan *passing* bawah seperti posisi kaki, posisi tangan, posisi badan, dan sikap-sikap awal saat melakukan teknik dasar *passing* bawah.

## 2. Hakikat metode bermain

Metode bermain adalah suatu upaya pembelajaran yang menyenangkan supaya anak tersebut tidak mengalami kejenuhan dan kebosanan. Menurut Alnedral (2016:85) “metode bermain adalah menciptakan suasana belajar dari pasif ke aktif, dari kaku menjadi gerak (akrab), dan dari jenuh menjadi riang (segar). Metode ini diarahkan agar bertujuan belajar dapat dicapai secara efisien dan efektif dalam suasana gembira meskipun membahas hal-hal yang sulit atau berat”.

Menurut Sularmi dalam Rajidin (2016:33) “menjelaskan pembelajaran dengan menggunakan metode bermain juga dapat berpengaruh bagi aktivitas siswa, siswa menjadi lebih berpartisipasi aktif dalam pembelajaran”.

Menurut Mahendra (2008:6) dalam Hidayat dkk, ialah “bermain merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membangun kesenangan tanpa mempertimbangkan hasil akhir”. Menurut Diana dalam Sumbara (2012:91) “menjelaskan bahwa bermain harus dilakukan dengan rasa senang, sehingga semua kegiatan bermain yang menyenangkan akan menghasilkan proses belajar pada anak”. Menurut Kimpraswil dalam Muhammad (2009:26) mengatakan bahwa definisi “permainan adalah usaha olah diri olah pikir dan olah fisik yang sangat bermamfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan

prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik”.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bermain adalah bagian dari kehidupan anak dan sebagai aktivitas bermain yang dilakuakn dalam rangka mencari kesenangan serta kepuasan, namun bisa ditandai pencarian menang-kalahnya.

Berdasarkan kutipan di atas dapat di simpulkan bahwa metode bermain adalah suatu aktivitas yang di lakukan untuk mencari kesengan dan menghilangkan rasa jenuh dan bosan dalam permainan.

#### **a. Pengertian Permainan Bola Raja**

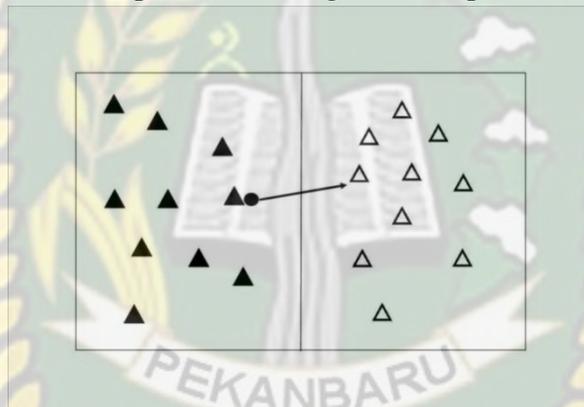
Menurut Karmini (2010:353) “permainan bola raja adalah permainan yang dapat menunjukkan suatu kekhasan dan keunikan dalam melakukan permainan. Bola raja berdampak pada perubahan sikap dan perubahan perilaku anak. misalnya: adanya kedisiplinan dalam bermain, kerjasama dalam regu, menuntut anak bersosialisasi dengan teman maupun lawan”. Permainan bola raja lahir dari berubahnya pelajaran pendidikan Jasmani (PENJAS) menjadi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, karena salah satu tujuan dari pendidikan jasmani membuat anak bebas bergerak tanpa pengaturan yang mengekang anak. Sehingga daya kreatif guru dalam mengemas suatu pembelajaran mutlak diperlukan oleh seorang guru yang propesional, sebagai manifestasi tuntutan mutu pendidikan. Karena guru yang kurang kreatif dan inovatif akan tergerus oleh jaman yang mengakibatkan guru kurang maju.

## Prinsip Bola Raja

Permainan ada yang menggunakan alat maupun ada yang tidak menggunakan alat yang bertujuan menyenangkan diri. Permainan bola raja pada prinsipnya merupakan permainan asli Indonesia karena melihat namanya, sesuai dengan sejarah bangsa, pemerintahan jaman dahulu dipimpin oleh seorang raja.

Cara melakukan permainan Bola Raja itu sendiri adalah:

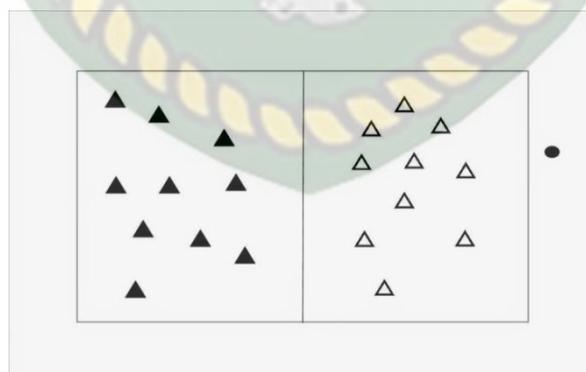
1. Salah satu tim memulai permainan dengan melemparkan bola ke pemain lawan.



Gambar 1

Karmini (2010:353)

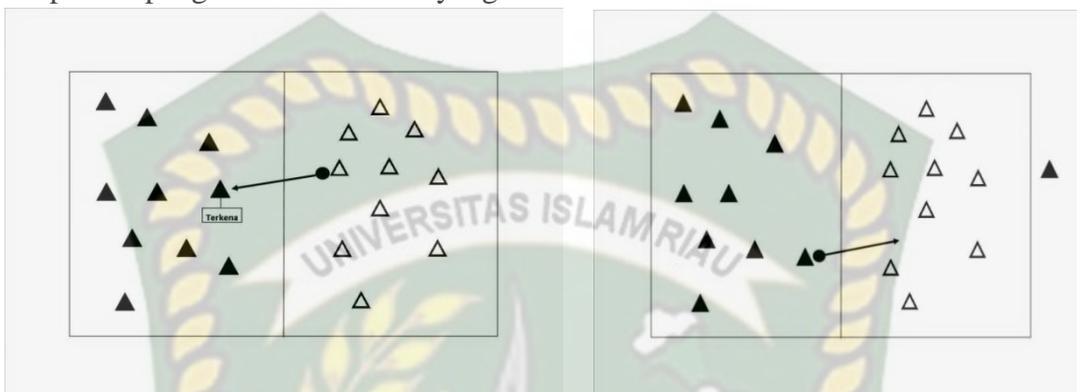
2. Jika bola tidak mengenai lawan, maka bola berpindah ke pihak lawan.



Gambar 2

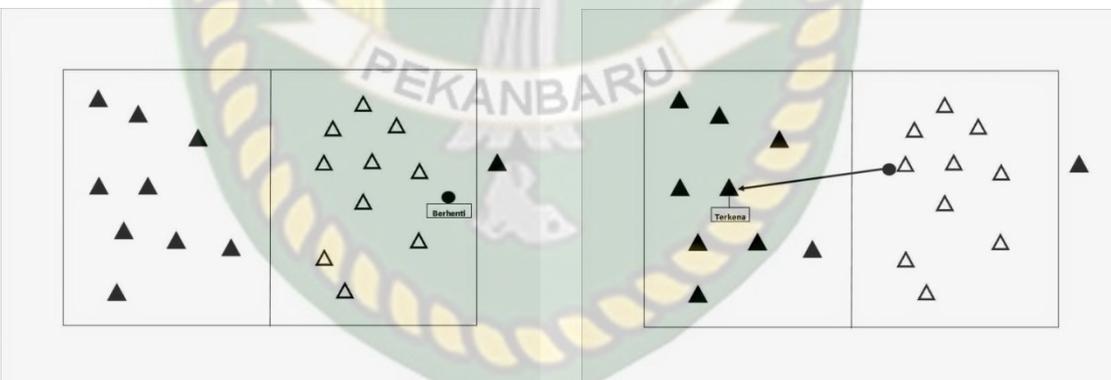
Karmini (2010:353)

3. Ketika bola mengenai seseorang atau lebih (pantulan dianggap sah), maka orang yang terkena bola harus keluar dan pindah di luar wilayah lawan. Bola berpindah penguasaan untuk tim yang terkena bola.



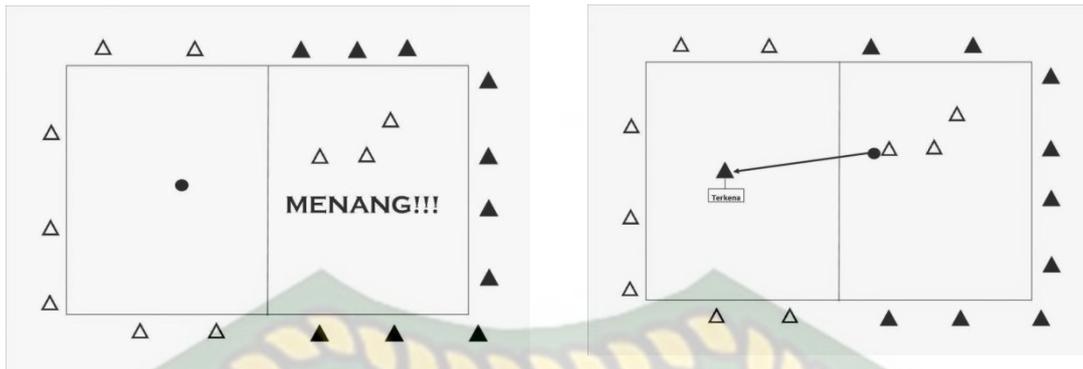
Gambar 3  
Karmini (2010:353)

4. Bola menjadi hak seseorang atau tim yang dihampiri oleh bola itu. Ketika bola di wilayah orang atau tim lain, maka seseorang atau suatu tim tidak memiliki hak untuk mendapatkan bola tersebut.



Gambar 4  
Karmini (2010:353)

5. Misi dari setiap tim adalah membuat pemain lawan satu-persatu keluar dan tidak tersisa satupun di wilayahnya masing-masing. Ketika itu terjadi, maka tim yang berhasil bertahanlah yang dianggap memenangkan permainan itu dan mendapatkan satu poin.



Gambar 5  
Karmini (2010:353)

Permainan yang menyenangkan sekaligus menyehatkan ini bisa dilakukan oleh semua kalangan, baik anak-anak hingga orang dewasa, asalkan ada kemauan dari hati masing-masing. Bola Raja ini bisa dilakukan di lapangan tanah, pasir, atau beton. Yang terpenting memiliki arena yang cukup luas.

### B. Kerangka pemikiran

Sesuai dengan topik penelitian peningkatan kemampuan *passing* bawah melalui teknik bermain. *Passing* bawah adalah suatu teknik dasar permainan bolavoli yang merupakan teknik-teknik tertentu seperti halnya sikap kaki, tubuh, dan tangan yang benar agar menghasilkan servis yang baik. Sedangkan metode bermain suatu bentuk pengajaran dengan memperagakan sebagai contoh yang dapat ditiru oleh siswa. Sehingga lebih tepat didalam pembelajaran *passing* bawah bolavoli.

*Passing* bawah adalah suatu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bolavoli. *Passing* bawah biasanya digunakan dalam langkah awal untuk menyusun pola serangan ke regu lawan dengan cara mengoperkan bola ke teman seregu (teman satu tim) selain itu *passing* bawah juga digunakan sebagai dasar pertahanan tim dari serangan musuh. *passing* bawah dilakukan yaitu kedua

kaki di buka selebar bahu serta kedua lutut sedikit di tekuk dengan badan sedikit dibungkukkan kedepan, rapatkan serta luruskan kedua lengan di depan badan sehingga kedua ibu jari sejajar. Ayunkan kedua lengan bersamaan ke arah datangnya bola, dalam hal ini siku betul-betul dalam keadaan lurus. Di saat bola mengenai kedua tangan lutut kaki di luruskan, dalam melakukan passing bawah ke arah depan ayunkan lengan tidak lebih dari sudut  $90^0$  dengan bahu atau badan.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis berfikir bahwa semakin baik penerapan pembelajaran maka semakin baik pula peningkatkan passing bawah pada permainan bolavoli pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru.

### **C. Hipotesis Tindakan**

Hipotesis tindakan dan penelitian ini diajukan dalam bentuk pertanyaan peneliti adalah: Apakah terdapat peningkatan teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru?

## BAB III

### METODELOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

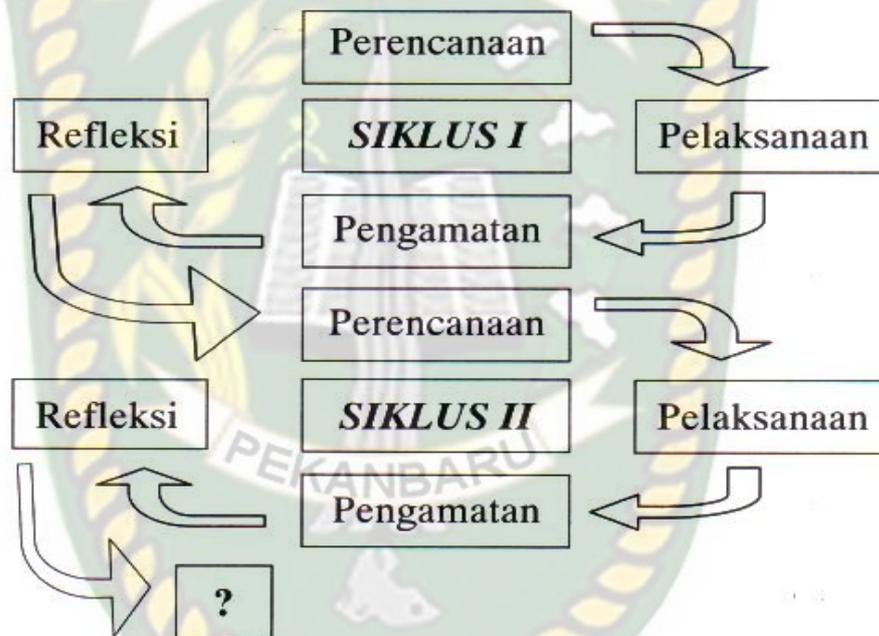
Jenis penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas. Menurut Kusumawati (2015:121) “penelitian merupakan tindakan yang dilakukan untuk menyelesaikan atau memecahkan masalah dengan menggunakan metode ilmiah”. Metode ilmiah adalah suatu prosedur yang sistematis dan objektif untuk mendapatkan pengetahuan atau pemecahan masalah. Jadi penelitian itu diawali dari sebuah masalah yang akan diselesaikan.

Penelitian tindakan kelas merupakan hasil dari perkembangan dari penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan adalah penelitian yang dilakukan didalam pembelajaran tentunya pembelajaran penjas dengan bantuan orang lain dalam tim atau sebuah bagian dari suatu “komunitas praktek” untuk memperbaiki cara mereka mengatasi masalah dan memecahkan masalah. Penelitian tindakan melibatkan proses aktif berpartisipasi dalam situasi perubahan organisasi selama melakukan penelitian. Penelitian tindakan juga dapat dilakukan oleh organisasi yang lebih besar atau lembaga, dibantu atau dipandu oleh peneliti profesional, dengan tujuan untuk meningkatkan pembelajaran dan pengetahuan tentang penjas orkes dimna mereka berlatih.

Penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan penelitian yang diprakarsai untuk memecahkan masalah dalam proses belajar mengajar dikelas secara langsung. Dengan kata lain, PTK dibuat dengan tujuan untuk meningkatkan dan

memperbaiki mutu proses belajar mengajar dikelas namun apa bila PTK penjas tidak harus dikelas karna pembelajaran penjas lebih sering dilakukan diluar kelas (lapangan), serta membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran di sekolah.

Perlakuan berupa menerapkan model pembelajaran metode bermain untuk meningkatkan passing bawah bola voli, berikut skemanya.



Gambar 6 Skema Penelitian Tindakan Kelas  
Arikunto(2014:16)

## 1. SIKLUS I

### a. Perencanaan

- a) Menetapkan melalui pelajaran yakni passing bawah bola voli
- b) Mempersiapkan RPP

- c) Mempersiapkan bentuk kegiatan metode dan petunjuk pelaksanaan dalam proses pembelajaran
- d) Mempersiapkan perlengkapan yang di perlukan
- e) Mempersiapkan lembaran penelitian
- f) Dan mempersiapkan skenario pelaksanaan tindakan

b. Pelaksanaan

- a) Menyiapkan alat yang sesuai dengan materi pembelajaran
- b) mengajaran Berbaris, berdoa dan melakukan gerakan pemanasan serta mendemonstrasikan materi
- c) Melakukan gerakan dasar cara passing bawah bola voli
- d) Melakukan gerakan awalan passing bawah bola voli
- e) Melakuakan passing bawah bola voli
- f) Melakuakan passing bawah bola voli sesuai arahan atau target yang telah di tetapkan
- g) Melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bola voli dilapangan sesungguhnya

c. Observasi

- a) Mengamati pelaksanann 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 di gunakan

- e) Mengumpulkan informasi yang ada dengan tujuan pengajaran

d. Refleksi

- a) Meningkatkan rencana untuk menyusun rencana pengajaran.
- b) Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan metode bermain

**1. SIKLUS II**

1. Perencanaan

- a) Menetapkan materi/pokok bahasan yang akan dijadikan penelitian
- b) Menyusun instrumen penelitian dan lembar observasi
- c) Menyusun lembar evaluasi
- d) Menyusun lembar refleksi
- e) Menyusun skenario pelaksanaan tindakan

2. Pelaksanaan

Pada siklus II pelaksanaan tindakan akan disesuaikan dengan hasil refleksi. Sebagai prediksi langkah-langkah tindakan adalah sebagai berikut:

- a. Memberikan petunjuk atau penjelasan dan memberikan kesempatan kepada siswa memperhatikan dan melakukan gerakan
- b. Membagi siswa sesuai dengan lapangan yang disediakan
- c. Mengembangkan dan mengordinasikan metode bermain
- d. Mengawasi pelaksanaan yang dilakukan siswa
- e. Melakukan observasi dan evaluasi melalui lembar observasi yang sudah disediakan

f. Mencatat hasil dari pelaksanaankegiatan yang dilakukan

### 3. Observasi

- a. Mengamati pengembangan dan mengordinasikan materi pengajaran
- b. Mencatat hal-hal yang menarik selama observasi
- c. Memantau dalam jeniskegiatan pengajaran
- d. Mendokumentasikan penggunaan alat bantusesuai dengan kompetensi
- e. Mengamati pelaksanaan pembelajaran secara individu dan sekompok
- f. Mengamati penggunaan waktu secara efisien
- g. Mengumpulkan informasi yang relevan dengan tujuan penilaian

### 4. Refleksi

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

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

## **B. Populasi dan Sampel**

### 1. Populasi penelitian

Menurut Kusumawati (2015:93) populasi adalah totalitas objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuhan dan benda yang mempunyai kesamaan untuk dijadikan data penelitian. Adapun populasi dalam penelitian ini

adalah siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru berjumlah 25 orang yang terdiri dari laki-laki. Untuk lebih jelas dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 2 : Populasi Penelitian Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru.

No	Kelas	Siswa		Jumlah
		Laki-laki	Perempuan	
1	VIII <sub>10</sub>	25	-	25

## 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian populasi yang diteliti (Arikunto, 2006:120). Sehubungan dengan penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Maka seluruh populasi dijadikan sampel (total *sampling*). Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 orang siswa.

## C. Defenisi Operasional

1. Passing bawah adalah salah satu teknik dalam permainan bola voli guna untuk mengoper teman seregu atau mengembalikan serangan musuh.
2. Metode bermain adalah suatu upaya pembelajaran yang menyenangkan supaya anak tersebut tidak mengalami kejenuhan dan kebosanan.

## D. Pengembangan instrumen

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

1. Perangkat pembelajaran
  - a) Silabus

Silabus disusun berdasarkan prinsip yang berorientasi pada pencapaian kompetensi. Berdasarkan prinsip tersebut maka silabus mata pelajaran penjasorkes yang digunakan membuat standar kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok, indikator, penilaian, lokasi waktu dan sumber bahan/alat.

b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

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

**Tabel 3. Rubrik penilaian untuk kerja teknik dasar passing bawah bolavoli.**

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
<p>Pelaksanaan teknik passing bawah</p> <p>1. Sikap awal</p> <p>a. Siswa berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dengan kaki kanan atau kiri sejajar</p> <p>b. kedua lutut agak ditekuk, . pandangan melihat arah datannya bola</p> <p>c. tangan kiri dan kanan lurus kebawah dengan lengan dirapatkan dan hingga ibu jari sejajar</p> <p>2. Pelaksaan</p> <p>a. perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai siku</p> <p>b. badan agak dibungkuk ketika saat melakukan passing bawah</p> <p>c. bola didorong dengan menganyunkan kedua tangan dan siku tidak melebihi setinggi bahu tangan lurus depan</p> <p>3. Sikaap Akhir</p> <p>a. jari tangan tetap di gengam, siku tetap di kunci</p> <p>b. landasan mengikuti bola kesasaran</p> <p>c. pindahkan berat badan ke arah sasaran dan perhatikan bola bergerak ke sasaran</p>				
Jumlah 36				
Jumlah skor maksimal : 9				

Ahmadi (2007: 23)

Keterangan :

- a. 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 mendapat kn data dan informasipada penelitian ini menggunakan :

1. Observasi

Peneliti mengami secara langsung obyek yang diteliti, baik dengan cara mengamati maupun mencatatnya.

2. Perpustakaan

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

3. Pengukuran

Untuk mengumpulkan data peneliti, peneliti menggunakan tes unjuk kerja passing bawah bolavoli.

#### **F. Teknik Analisis Data**

Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar siswa passing bawah dalam permainan bolavoli, penulis menggunkan tes unuk kerja. Setelah didapatkan skor masing-masing siswa, selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2012: 318):

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah sor maksimal}} \times 100\%$$

Selanjutnya interval dan kategoripenilaian terhadap kemampuan teknik dasar passing bawah berdasarkan pada:

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

No	Interval	Katagori
1	90 sd 100	Sangat kompeten
2	70 sd 89	Kompeten
3	50 sd 69	Kucup kompeten
4	30 sd 49	Kurang kompoten
5	10 sd 29	Kurang kompoten

Sumber : Data Kesiswaan MTsN 3 Kota Pekanbaru

## 2. Ketuntasan Belajar

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

Keterangan:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\% \text{ Sudiono (2011:46)}$$

P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian mengenai upaya peningkatan teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui metode bermain siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru, sehingga diperoleh hasil pengolahan data sebagai berikut:

##### 1. Data Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru pada Siklus I

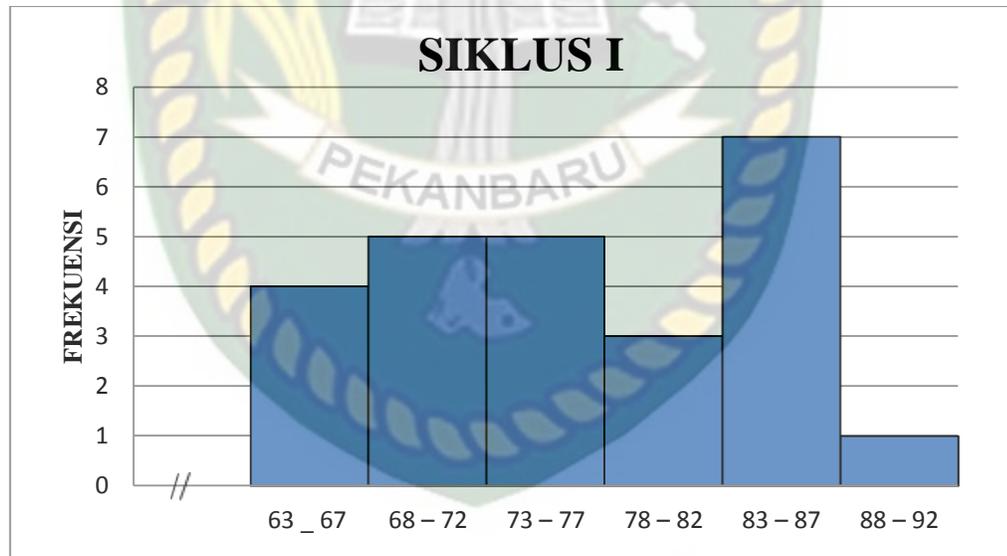
Setelah dilakukan tes *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru pada siklus I, diperoleh data yakni: nilai tertinggi pelaksanaan siklus I adalah 91, sedangkan nilai terendah pelaksanaan siklus I adalah 63.

Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus I, di dapat kelas interval antara 63 – 67 dengan 4 siswa atau dengan nilai presentase 16%, nilai interval antara 68 – 72 dengan 5 siswa atau dengan nilai presentase 20%, nilai interval antara 73 – 77 dengan 5 siswa atau dengan presentase 20%, nilai interval antara 78 – 82 dengan 3 siswa atau dengan nilai presentase 12%, nilai interval antara 83 – 87 dengan 7 siswa atau dengan nilai presentase 20%, nilai interval antara 88 – 92 dengan 1 siswa atau dengan nilai presentase 4%. Untuk lebih jelas dapat di lihat tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus I di bawah ini.

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Data Siklus I Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	63 – 67	4	16%
2	68 – 72	5	20%
3	73 – 77	5	20%
4	78 – 82	3	12%
5	83 – 87	7	28%
6	88 – 92	1	4%
<b>jumlah</b>		<b>25</b>	<b>100%</b>

Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus I siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru di atas, dapat diklasifikasikan pada diagram dibawah ini.



**Gambar 7.** Histogram Hasil Pembelajaran Siklus I Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru

## 2. Data Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kelas VIII<sup>10</sup> 3 Kota Pekanbaru Pada Siklus II

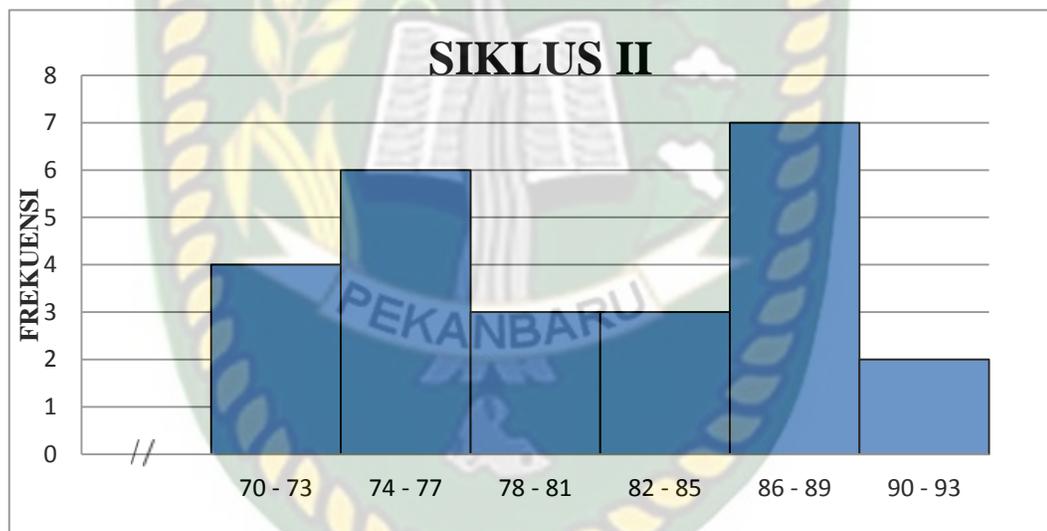
Setelah dilakukan tes siklus I dan masih terdapat juga siswa yang belum mencapai KKM, maka langkah selanjutnya yang dilakukan adalah melakukan tes *passing* bawah siklus II yang bertujuan agar nilai siswa bisa mencapai target KKM yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil tes siklus II, diperoleh data yakni: nilai tertinggi pelaksanaan siklus II adalah 91, sedangkan nilai terendah pada pelaksanaan siklus II adalah 70.

Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus II, antara 70- 73 dengan nilai frekuensi 4 dan nilai persentase 16%, nilai interval antara 74 - 77 dengan nilai frekuensi 6 dan nilai persentase 24%, nilai interval antara 78 - 81 dengan nilai frekuensi 3 dan nilai persentase 14%, nilai interval antara 82 - 85 dengan nilai frekuensi 3 dan nilai persentase 14%, nilai interval antara 86 -89 dengan nilai frekuensi 7 dan nilai persentase 28%, nilai interval antara 90 - 93 dengan nilai frekuensi 2 dan nilai persentase 8%. Untuk lebih jelas dapat dilihat tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus II di bawah ini.

**Tabel 5.** Distribusi Frekuensi Data Siklus II Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	70 - 73	4	16%
2	74 - 77	6	24%
3	78 - 81	3	12%
4	82 - 85	3	12%
5	86 - 89	7	28%
6	90 - 93	2	8%
<b>Jumlah</b>		25	100%

Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus II siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru di atas, dapat diklasifikasikan pada diagram dibawah ini.



**Gambar 8.** Histogram Hasil Pembelajaran Siklus II Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru

## B. Analisis Data

### 1. Analisis *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru Pada Siklus I.

Berdasarkan tes *passing* bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru pada siklus I dari 25 siswa, maka nilai siswa yang telah mencapai KKM adalah sebanyak 16 siswa dengan persentase 64%, sedangkan 9 siswa belum mencapai KKM dengan persentase 36%.

Pada tahap persiapan, siswa berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dengan kaki kiri dan kanan sejajar. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 84. Dimana skor 4 (skor tertinggi) didapat oleh 10 siswa, Pada skor 3 didapat oleh 14 siswa, skor 2 didapat oleh 1 siswa dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap persiapan, kedua lutut ditekuk, pandangan melihat arah datangnya bola. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 70. Dimana skor 4 didapat oleh 1 siswa, sedangkan skor 3 didapat oleh 18 siswa sedangkan skor 2 didapat oleh 6 siswa dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Tangan kiri dan kanan lurus kebawah dengan lengan dirapatkan dan hingga ibu jari sejajar. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 81. Dimana skor 4 didapat oleh 7 siswa, skor 3 didapat oleh 17 siswa, dan skor 2 didapat oleh 1 siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut.

Pada tahap pelaksanaan, perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai siku. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 70. Dimana skor 4 didapatkan oleh 2 siswa, skor 3 didapatkan 17 siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 5 siswa, sedangkan

skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, berat badan agak di bungkuk ketika saat melakukan passing bawah. jumlah skor keseluruhan siswa adalah 72. Dimana skor 4 didapat oleh 2 siswa, sedangkan skor 3 didapatkan oleh 18 siswa, skor 2 didapat oleh 5 siswa, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, bola didorong dengan menganyunkan kedua tangan dan siku tidak melebihi setinggi bahunya lurus kedepan. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 71. Dimana skor 4 didapat oleh 3 siswa, skor 3 didapatkan oleh 15 siswa, dan skor 2 didapatkan oleh 7 siswa, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut.

Pada tahap gerakan lanjutan, jari tangan tetap digenggam, siku tetap dikunci. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 90. Dimana skor 4 didapat oleh 15 siswa, sedangkan skor 3 didapat oleh 10 siswa, skor 2 tidak ada siswa yang mendapatkan skor 2, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, landasan mengikuti bola sasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 74. Dimana skor 4 didapat oleh 1 siswa, skor 3 didapat oleh 22 siswa, dan skor 2 didapat oleh 2 siswa, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, perhatikan pindahkan berat badan kearah sasaran dan perhatikan bola bergerak kesasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 77. Dimana skor 4 didapat oleh 2 siswa, skor 3 didapat oleh 23 siswa dan skor 2 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut, sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut.

Banyaknya siswa yang belum mencapai KKM dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru. Hal ini disebabkan karena teknik *passing* bawah siswa belum baik serta kurangnya kemauan serta minat siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli, hal ini disebabkan karena kurangnya pembelajaran yang menggunakan metode bermain. Agar peningkatan kemampuan *passing* bawah permainan boli voli melalui metode bermain pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru bisa tercapai secara maksimal, maka perlu dilakukan perlakuan siklus II.

## **2. Analisis *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru Pada Siklus II.**

Berdasarkan hasil tes pada siklus II, maka didapat hasil peningkatan kemampuan *passing* bawah permainan bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru. Dimana jumlah ketuntasan belajar siswa menjadi 21 siswa dari 25 siswa. Pada tahap persiapan, siswa berdiri dengan kaki dibuka selesabr bahu dengan kaki kiri dan kanan sejajar. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 89. Dimana skor 4 (skor tertinggi) didapat oleh 15 siswa, sedangkan skor 3 didapat oleh 10 siswa, skor 2 tidak ada siswa yang memperoleh skor tersebut, pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap persiapan, kedua lutut ditekuk, pandangan meliht arah datangnya bola. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 77. Dimana skor 4 didapat oleh 5 siswa dan skor 3 didapat oleh 18siswa, skor 2 didapat 2 siswa, sedangkan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap persiapan, tangan kiri dan kanan lurus kebawahdengan lengan

dirapatkan hingga ibu jari sejajar. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 83. Dimana skor 4 didapat oleh 8 siswa, skor 3 didapat oleh 17 siswa, sedangkan skor 2 dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut.

Pada tahap pelaksanaan, perkenaan bola dengan perkenaan tangan sampai siku. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 79. Dimana skor 4 didapatkan oleh 7 siswa, skor 3 didapatkan 16 siswa, sedangkan skor 2 didapatkan 2 siswa, dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, berat agak dibungkukan ketika melakukan passing bawah. jumlah skor keseluruhan siswa adalah 78. Dimana skor 4 didapatkan oleh 4 siswa, skor 3 didapatkan oleh 20 siswa, skor 2 didapatkan oleh 1 sedangkan pada skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada tahap pelaksanaan, bola di dorong dengan menganyunkan kedua tangan dan siku tidak melebihi setinggi bahu tangan lurus kedepan. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 79. Dimana skor 4 didapat oleh 7 siswa, skor 3 didapatkan oleh 15 siswa, skor 2 siswa didapatkan 3 dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut.

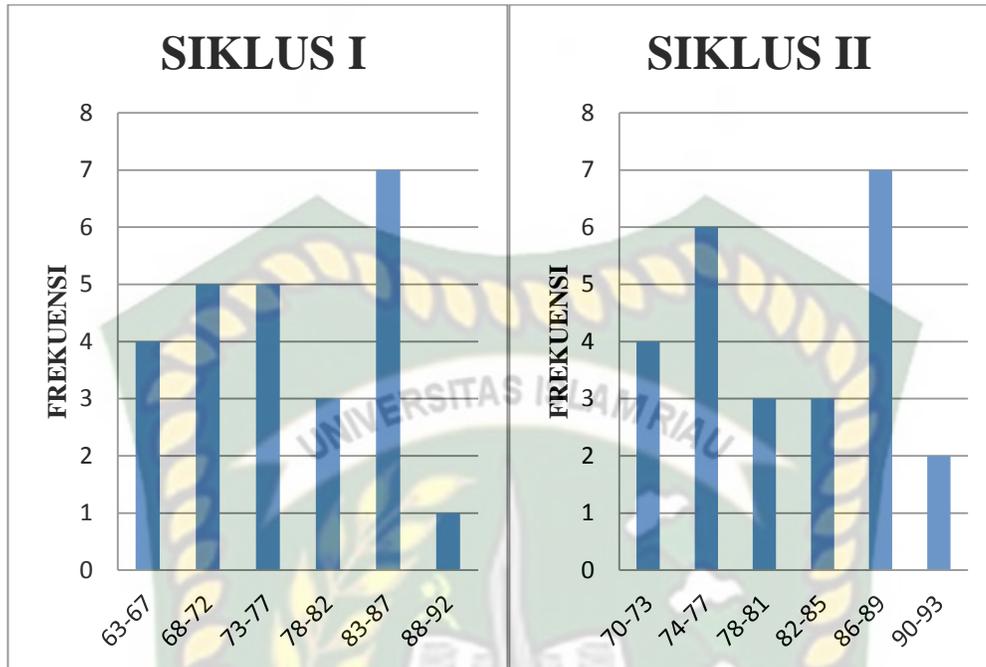
Pada tahap gerakan lanjutan, jari tangan tetap digenggam siku tetap dikunci. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 92. Dimana skor 4 didapat oleh 17 siswa, skor 3 didapat oleh 8 siswa, skor 2 dan 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, landasan mengikuti bola kesasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 76. Dimana skor 4 didapat oleh 3 siswa, skor 3 didapat oleh 20 siswa, skor 2 didapat oleh 2 siswa, dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut. Pada gerakan lanjutan, pindahkan berat badan kearahsasaran dan perhatikan

bola bergerak kesasaran. Jumlah skor keseluruhan siswa adalah 76. Dimana skor 4 didapat oleh 2 siswa, skor 3 didapat oleh 22 siswa, skor 2 didapat oleh 1 siswa, dan skor 1 tidak ada siswa yang mendapatkan skor tersebut.

Dari hasil penelitian pada siskul 1 belum tercapainya ketuntasan klasikal siswa, dimana dalam siklus 1 siswa yang telah mencapai KKM sebanyak 16 siswa dengan persentase 64 sedangkan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 9 siswa dengan persentase 36 dari 25 siswa tersebut. Sehingga perlu dilakukan kembali tes siskul II, dimana pada saat tes siklus II telah dilaksanakan, maka 25 siswa mencapai KKM dengan persentase 84% sedangkan siswa yang tidak mencapai KKM sebanyak 4% untuk lebih jelas dapat dilihat tabel distribusi frekuensi kelulusan siswa dibawah ini.

**Tabel 6.** Distribusi frekuensi siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru

INTERVAL	JUMLAH	PERSENTASE	KATEGORI
SIKLUS I	16	64%	TUNTAS
	9	36%	TIDAK TUNTAS
SIKLUS II	21	84%	TUNTAS
	4	16%	TIDAK TUNTAS



**Gambar 9.** Perbandingan Histogram Tes Siklus I dan Tes Siklus II Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru

### C. Pembahasan

Penerapan metode bermain dalam pembelajaran teknik dasar passing bawah bola voli ada siswa kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 Kota Pekanbaru ternyata menunjukkan peningkatan. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa rata-rata pada siklus I sebanyak 76.52 meningkat pada siklus II 80.76 Jumlah siswa yang tuntas pada siklus I adalah sebanyak 64% kategori belum tercapai dan meningkat pada siklus II 84% kategori tercapai atau berhasil.

Berdasarkan hasil penelitian yang dikemukakan di atas maka dapat di simpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan teknik dasar dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Peningkatan yang terjadi dari hasil penelitian di pegaruhi dengan pembelajaran yang menyenangkan dan gembira dengan tidak ad timbul rasa kebosanan dalam melakukan *passing* bawah bola voli dengan format bermain dan gembira.

Menurut Ahmadi (2007:24) menyatakan bahwa *passing* bawah adalah suatu teknik yang di lakukan dengan teknik menjangkau bola ke depan atau dengan gerakan *diving*, karena bola akan jatuh jauh di depan pemain dan tidak mungkin dikembalikan dengan *passing* biasa. Menurut Hidayat (2017: 43) *passing* bawah adalah suatu teknik yang digunakan dengan kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian mengenggam bagian telapak tangan lain. Kedua lengan bersikap lurus kebawah dengan bagian bawah siku menghadap kearah depan.

Bermain adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dengan berbagai bentuk formasi dalam melakukan *passing* bawah bola voli, sehingga pembelajaran ini dapat menarik semangat siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan 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. banyak siswa dalam melakukan kesalahan *passing* bawah akibatnya bola tidak mengenai sasaran hal tersebut dikarenakan posisi kedua siku tidak

ditekuk dan jari-jari tidak digenggam sehingga tangan selalu terlepas. Kuda kuda kaki atau posisi kaki kurang tepat atau tidak benar maka terlihat disaat menerima bola posisi kaki tidk sejajar dan lutut tidak ditekuk, sehingga dalam mengantisipasi datangnya bola menjadi tidak sempurna. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang dibawakan peneliti masih perlu perencana yang lebuah baik lagi dengan memperhatikan kelemahan dan kekuatan yang teridentifikasi pada penilain siklus I dan siklus II. Selain itu ada pun permasalahan yang dihadapi peneliti sebelum melakukan penelitian tindakan kelas yaitu sebagian siswa tidak mengenakan pakaian olahraga. Hal ini dapat menyebabkan terganggu nya proses belajar mengajar. Akan tetapi, peneliti berupaya penuh untuk siswa bisa disiplin dalam pembelajarn pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi tersebut. Jadi apabila pelajaran olahraga, mereka semua mengenakan pakaian olahraga. Sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik dan tertib. Peserta didik kurang senang melakukan passing bawah dengan formasi 6 orang dan formasi bermain melempar dengan menahan bola passing bawah dari hasil penilaian siklus I.

Pada siklus II siswa dapat mencapai nilai yang baik. Hal ini disebabkan oleh kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar passing bawah bola voli denga benar, baik dari sikap kedua kaki dan lutut, sikap badan dan sikpa tangan, dikarenakan bermian bola raja yang sangat menyenangkan untuk para peserta didik, hal ini membuktikan bahwa metode bermain ternyata dapat meningkatkan keterampilan serta kemampuan dasar dalam melakukan passing bawah siswa kelas VIII10 MTsN 3

Kota Pekanbaru sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik serta tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Jadi, teknik dasar passing bawah dalam permainan bol voli dengan melalui metode bermain mengalami peningkatan siswa.



## 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 adalah sebagai berikut: “Terdapat Peningkatan Teknik Dasar *passing* Bawah Permainan Bola Voli Melalui Metode bermain Pada Siswa Kelas VIII<sup>10</sup> MTsN 3 kota pekanbaru”. Hal ini disebabkan dari pelaksanaan siklus I terdapat 16 siswa yang mencapai nilai KKM (64%).Maka dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah 21 siswa yang mencapai KKM (84%).

#### B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan kesimpulan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penulis perlu memberikan saran kepada para guru untuk kedepannya lebih baik, yaitu sebagai berikut:

1. Guru, dalam proses belajar mengajar diharapkan adanya suatu bentuk metode bermain agar peserta didik tidak mengalami kebosanan dan kejenuhan dalam melakukan proses belajar dan materi disampaikan dapat diterima dengan baik oleh siswa, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

2. Siswa, meningkatkan rasa percaya diri, rasa senang, meningkatkan pemahaman dan pengetahuan bagi siswa terhadap proses pendidikan jasmani dengan konsep belajar melalui metode bermain.
3. Sekolah, memberikan kontribusi bagi sekolah dalam mengembangkan pembelajaran dan mampu mengembangkan pendekatan pembelajaran sesuai dengan tuntunan lingkungan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Era pustaka utama. Surakarta.
- Alnedral. 2016. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : kencana.
- Aji, sukma. 2016. *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Jakarta: ilmu.
- Arikunto, Suharsimi, dkk. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : bumi aksara.
- Balbara I viera dan fergusen B.J (2004). *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT raja grafindo utama slameto.
- Ernailis. 2016. *Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola voli Melalui Strategi Pembelajaran Bersama Teman*. *Jurnal Primary Program Studi Pendidikan*. Vol. 5, no. 1
- Guntur blume. 2004. *Permainan Bol voli (TRAINING-TEKNIK-TAKTIK)*
- Hidayat, witono. 2017. *Buku Pintar Bola voli*. Jakarta: anugrah
- Hidayat Syarif, dkk. 2018. *Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Passing Bawah Balam Permainan Bolavoli*. *Jurnal ilmiah fkip universitas subang*. Vol. 4, no. 1
- Kusumawati, mia. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung: alfabeta.
- Karmini kiki, dkk, 2010. *Pengaruh Modifikasi Permainan Bolaraja Terhadap Peningkatan Passing Bawah*.
- Mamaun, amung. Subroto, toto (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bolavoli*. Penerbit depertemen pendidikan nasional.
- Mita Erliana, 2014. *Pengaruh Pembelajaran Model Bermain Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Mini*. *Jurnal Multilateral*. Vol. 13, No. 1
- Rajidin. 2016. *Meningkatkan keterampilan service atas bola voli melalui metode bermain*. *Jurnal pendidikan olahraga*. Vol. 5, no. 1
- Sudijono anas. 2011. *Pengantar evaluasi pendidikan*. PT. Raja grafindo persada

Sumbara Hambali, 2016. *Pembelajaran Passing Bawah Menggunakan Metode Bermain Pada Permainan Bolavoli. Jurnal Pendidikan Olahraga. Vol. 5, No. 1*

Undang-undang republik indonesia nomor 3 tahun 2015 *tentang sistem keolahragaan nasional*. Bandung: fokusindo

