

**UPAYA MENINGKATKAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI  
MELALUI METODE DEMONSTRASI SISWA KELAS VII SMPN 42  
PEKANBARU**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Strata Satu (S1) Sarjana Pendidikan Penjaskesrek  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam Riau*



**OLEH:**

**DEDI KURNIAWAN**  
**156610868**

**Pembimbing**

**MIMI YULIANTI, M.Pd**  
**NIDN. 1026078901**

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

## ABSTRAK

**Dedi Kurniawan, 2019. Upaya Meningkatkan *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Melalui Metode Demonstrasi Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan *passing* bawah permainan bolavoli dengan metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang ditempuh dalam dua siklus. Subjek penelitian ini dilaksanakan di kelas SMPN 42 Pekanbaru dengan jumlah siswa sebanyak 31 orang. Pengumpulan data penelitian ini diperoleh melalui tes praktik untuk melihat peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan penggunaan metode demonstrasi pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan dan rekreasi dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa dalam teknik dasar *passing* bawah bolavoli siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru. Hal tersebut diketahui dari jumlah siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 19 siswa dengan persentase ketuntasan sebesar 61 % dan nilai tidak tuntas terdapat 12 siswa dengan persentase 39 % nilai rata-rata 75 dan meningkat pada siklus II yaitu siswa yang tuntas sebanyak 29 siswa dengan persentase ketuntasan sebesar 94 % dan nilai tidak tuntas terdapat 2 siswa dengan persentase 6 % dengan nilai rata-rata 79. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penelitian menggunakan metode demonstrasi pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan dan rekreasi dapat meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.

**Kata kunci: metode demonstrasi, *passing* bawah bolavoli.**

## ABSTRACT

**Dedi Kurniawan, 2019. *Efforts to Increase the Lower Passing of the Bolavoli Game Through Demonstration Method of Class VII Students of SMPN 42 Pekanbaru.***

*This study aims to determine the improvement of passing under the game of volleyball with the demonstration method of class VII students of SMPN 42 Pekanbaru. This type of research is Classroom Action Research (CAR) which was carried out in two cycles. The subject of this study was conducted in class SMPN 42 Pekanbaru with a total of 31 students. Data collection of this research was obtained through practical tests to see the improvement of students' under-passing skills. The results of this study indicate that the use of demonstration methods on physical education learning by sports and recreation can improve students' learning skills in the basic technique of passing under the volleyball of class VII students of SMP 42 Pekanbaru. It is known from the number of students who completed in the first cycle as many as 19 students with a percentage of completeness of 61% and the value is not complete there are 12 students with a percentage of 39% the average value of 75 and increased in the second cycle of students who complete as many as 29 students with a percentage completeness is 94% and the value is not complete there are 2 students with a percentage of 6% with an average value of 79. Based on the results of the study it can be concluded that research using demonstration methods on learning physical education by health and recreation sports can improve passing under the volleyball game class VII students of SMPN 42 Pekanbaru.*

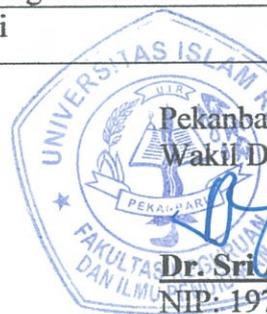
**Keywords:** *demonstration method, passing under volleyball.*

## BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap:

Nama : Dedi Kurniawan  
 NPM : 156610868  
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
 Jenjang Studi : Strata Satu (S1)  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Melalui Metode Demonstrasi Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.

Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
12-11-2018	Judul diterima dan diserahkan ke pembimbing	
27-11-2018	- Mencari jurnal tentang permainan bolavoli - Mencari 3 jurnal tentang metode demonstrasi - Perbaiki spasi - Beri ulasan dari teori permainan bolavoli	
28-12-2018	- Perbaiki penilaian dan daftar pustaka - Populasi dan sampel diganti dengan objek penelitian	
04-02-2019	- Perbaiki penulisan teori - Beri ulasan tentang kelebihan dan kelemahan metode demonstrasi - Perbaiki RPP	
08-02-2019	Acc diseminarkan	
13-03-2019	Seminar proposal	
13-04-2019	- Perbaiki penulisan - Perbaiki penilaian	
23-04-2019	- Perbaiki penulisan bahasa asing - Perbaiki grafik	
24-04-2019	- Perbaiki cover - Buat lembar pengesahan dan abstrak	
24-04-2019	Acc ujian skripsi	



Pekanbaru, Mei 2019  
 Wakil Dekan Bidang Akademik

**Dr. Sri Amnah, S.Pd, M.Si**  
 NIP: 19701007 199803 2 022  
 NIDN: 0007107005

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan mengucapkan puji syukur Kehadirat Allah SWT, karena dengan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Upaya Meningkatkan *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Melalui Metode Demonstrasi Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru”. Skripsi ini diajukan untuk ujian skripsi pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Penyelesaian skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan, dan pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Mimi Yulianti, M.Pd sebagai dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya membimbing penulis sejak dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini;
2. Bapak Drs. Daharis, M.Pd, selaku ketua program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau;
3. Bapak Drs. Alzaber, M.Si, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau;
4. Para Karyawan-Karyawati Tata Usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah membantu penulis khususnya dalam administrasi.

5. Kedua orang tua yang tetap setia dan selalu mendoakan dan memberikan dorongan demi terselesaikannya skripsi ini.
6. Rekan-rekan penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas dukungannya diucapkan terima kasih banyak.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan yang disebabkan oleh kemampuan dan pengetahuan yang ada pada diri penulis, untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun demi sempurnanya skripsi ini. Atas bantuan yang diberikan para pihak, akhirnya penulis mengucapkan terima kasih.

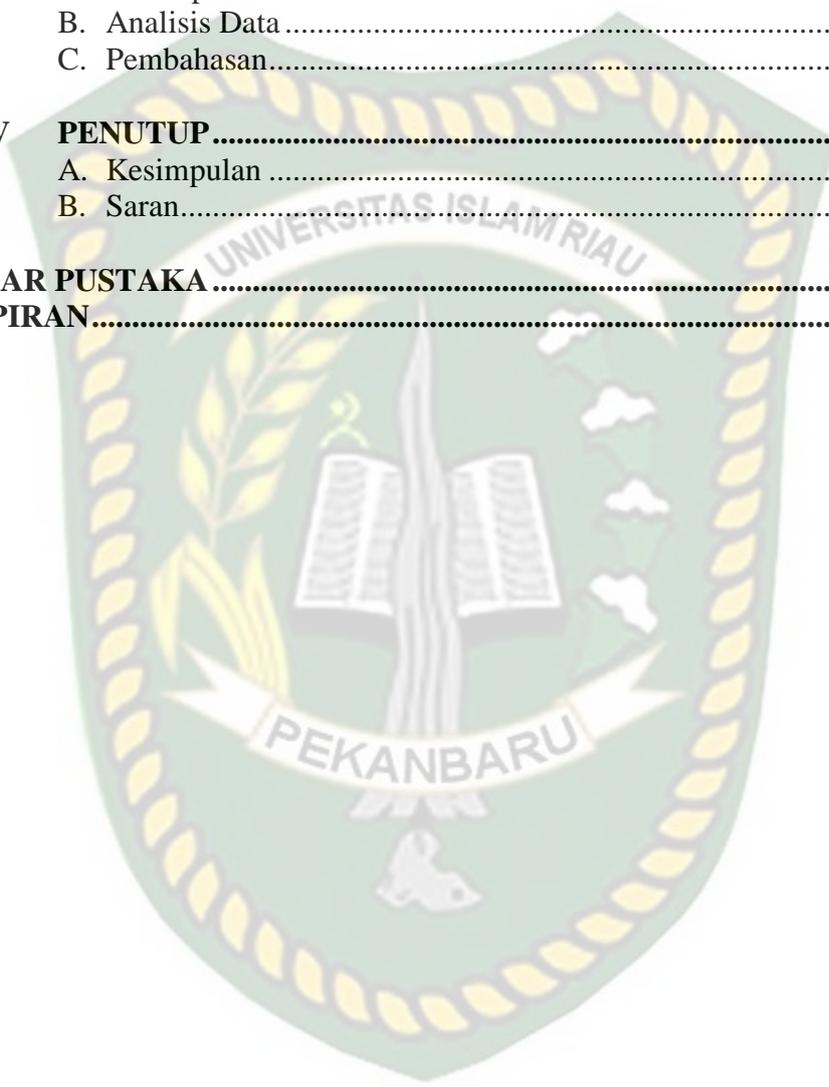
Pekanbaru, Mei 2019  
Penulis,

Dedi Kurniawan

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT KETERANGAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI.....</b>	<b>vi</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I    PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II   KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Landasan Teori.....	7
1. Hakikat Passing Bawah Bolavoli .....	7
a. Pengertian <i>Passing</i> Bawah.....	7
b. Teknik <i>Passing</i> Bawah.....	8
c. Kesalahan-Kesalahan Pada Teknik Passing Bawah	9
d. Fasilitas dan Perlengkapan Permainan Bolavoli ....	10
2. Hakekat Metode Demonstrasi.....	14
a. Pengertian Metode Demonstrasi.....	13
b. Kelebihan dan Kelemahan Metode Demonstrasi ....	14
c. Pelaksanaan Pembelajaran Passing Bawah	
Permainan Bolavoli Dengan Menggunakan Metode	
Demonstrasi.....	15
B. Kerangka Pemikiran.....	16
C. Hipotesis Penelitian.....	17
<b>BAB III  METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>18</b>
A. Jenis Penelitian.....	18
B. Populasi dan Sampel .....	21
C. Defenisi Operasional.....	22

D. Pengembangan Instrumen .....	22
E. Teknik Analisa Data.....	24
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
A. Deskripsi Data.....	25
B. Analisis Data.....	28
C. Pembahasan.....	30
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>34</b>
A. Kesimpulan .....	34
B. Saran.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>35</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>37</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Populasi Siswa Kelas VII SMP Negeri 42 Pekanbaru .....	21
2. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah .....	23
3. Interval dan Kategori Keberhasilan Siswa.....	24
4. Distribusi Frekuensi Data <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I.....	26
5. Distribusi Frekuensi Data <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II.....	27
6. Distribusi Frekuensi Ketuntasan Belajar <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I.....	28
7. Distribusi Frekuensi Ketuntasan Belajar <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II.....	29

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik <i>Passing</i> Bawah.....	9
2. Lapangan Permainan Bolavoli .....	11
3. Daur Siklus Penelitian.....	18
4. Histogram <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I.....	26
5. Histogram <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II .....	27
6. Histogram Ketuntasan Belajar <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I .....	29
7. Histogram Ketuntasan Belajar <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II.....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Tes Siklus I <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru. ....	35
2. Data Tes Siklus II <i>Passing</i> Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru. ....	36
3. Dokumentasi.....	37

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan investasi jangka panjang yang sangat besar artinya bagi pembangunan generasi penerus bangsa. Dengan demikian pendidikan sangat memegang peranan yang penting bagi nasib kehidupan bangsa. Karena berkaitan langsung dengan pembangunan kualitas Sumber Daya Manusia. Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik (jasmani) dan olahraga untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal yang fisik, mental dan serta emosional.

Penjas memerlukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pendidikan melalui aktifitas jasmani dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Dari pengertian ini, mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum. Untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya.

Sebagaimana tertuang pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan Nasional, Pasal 1 ayat 11 yang menyatakan bahwa."Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagian proses pendidikan yang teratur dan

berkelanjutan untuk memperoleh kemampuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani”.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportifitas-spiritual-sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembang aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga.

Selanjutnya pembelajaran dalam bidang studi penjasokesrek harus sesuai tingkat pertumbuhan dan perkembangan seperti sekolah menengah pertama (SMP) ada jenis olahraga yang perlu di ajarkan yaitu permainan Bolavoli. Permainan Bolavoli adalah permainan dilakukan oleh dua regu, yang masing-masing terdiri atas enam orang. Sesuai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) untuk mata pelajaran penjasokes di SMPN 42 Pekanbaru, siswa dianggap sukses apabila mendapatkan nilai 75.

Bola dimainkan di udara dengan melewati net, setiap regu hanya bisa memainkan bola tiga pukulan. Berdasarkan kurikulum SMP bahwa pembelajaran bolavoli ditargetkan siswa mampu melakukan *passing* bawah dengan baik dan benar. *Passing* bawah adalah sikap permulaan, mengambil

posisi siap normal. Tangan dijulurkan ke depan dengan dirangkapkan, pada saat perkenaan, segera tangan dan lengan di angkat keatas, siku tidak boleh di tekuk, sedangkan guru dalam mengajarkannya adalah menyajikan dasar-dasar permainan bolavoli, salah satu diantaranya teknik dasar *passing* bawah. Dalam mengajarkan teknik *passing* bawah ada beberapa metode yang dapat diajarkan oleh guru agar siswa dapat menguasai teknik tersebut salah satunya adalah melalui metode demonstrasi.

Metode demonstrasi adalah suatu cara penyampain materi dengan memperagakan suatu proses atau kegiatan. Metode demonstrasi merupakan metode mengajar yang menngunakan peragaan untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan bagaimana melakukan sesuatu kepada anak didik atau cara guru dalam mengajar dengan meperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, kejadian, urutan melakukan suatu kegiatan atau benda tertentu yang sedang dipelajari baik dalam bentuk yang sebenarnya maupun tiruan melalui penggunaan berbagai macam media yang relevan dengan pokok bahasan untuk memudahkan siswa agar kreatif dalam memahami materi.

Kesalahan-kesalahan teknik diperbaiki dengan diberi demonstrasi, pada umumnya guru mengajarkan suatu teknik dengan metode demonstrasi, hal ini disebabkan karena (1) siswa belum banyak tahu mengenai cara melaksanakan teknik atau keterampilan, dan (2) agar siswa melakukan teknik sesuai dengan keinginan guru, sehingga kemungkinan untuk memperoleh hasil belajar yang maksimum akan diperoleh jika komponen-komponen gerak dilatih.

Berdasarkan observasi penulis dilapangan menunjukkan bahwa siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru tergolong banyak yang belum mampu melakukan passing bawah dengan baik dan benar, terutama pada tahap kedua yaitu tahap gerakan. Kebanyakan siswa melakukan gerakan *passing* bawah kurang mampu melakukan dorongan ke dua lengan kearah datangnya bola. Untuk itu secara teknik siswa masih kurang benar melakukan gerakan *passing* bawah sehingga mempengaruhi *passing* siswa seperti halnya arah jalan bola tidak tepat, lambungan bola kurang tinggi bahkan ada yang mengenai bahu ini diperlukan metode mengajar yang tepat agar penguasaan teknik *passing* bawah yang sempurna.

Berdasarkan gejala-gejala dan fenomena diatas, dapat diketahui rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah. Keadaan diatas menurut analisa peneliti pengaruhi oleh: siswa cenderung merasa takut melakukan *passing* bawah, guru terlalu monoton dalam memberikan pembelajaran dan tanpa bimbingan serius dalam melakukan praktek dalam menyampaikan materi pembelajaran. Metode yang digunakan kurang efektif sehingga menyebabkan siswa merasa bosan dan kurang berminat dalam mengikuti materi permainan bolavoli. Faktor lainnya adalah kurang banyaknya jumlah bolavoli di sekolah sehingga menyebabkan guru sulit mengembangkan metode dalam waktu proses mengajar *passing* bawah yang baik yang dapat menunjang kemampuan *passing* bawah dari siswa.

Berdasarkan hasil observasi di atas peneliti tertarik mengadakan suatu penelitian berkaitan dengan mengambil judul :**Upaya Meningkatkan *Passing***

## **Bawah Permainan Bolavoli Melalui Metode Demonstrasi Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.**

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pernyataan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 42 Pekanbaru sebagai berikut:

1. Siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru tergolong banyak yang belum mampu melakukan *passing* bawah dengan baik dan benar.
2. Kebanyakan siswa melakukan gerakan *passing* bawah kurang mampu melakukan dorongan ke dua lengan ke arah datangnya bola.
3. Secara teknik siswa masih kurang benar melakukan gerakan *passing* bawah.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, dan luasnya permasalahan, maka peneliti perlu membatasi masalah dalam penelitian ini yaitu : Upaya meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli melalui metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembahasan diatas maka dapat dirumuskan yang akan diteliti yaitu: Bagaimanakah peningkatan *passing* bawah permainan bolavoli melalui metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai adalah : untuk meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli dengan metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru.

## F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan di atas maka hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk :

1. Bagi siswa

Dapat menguasai teknik dasar *passing* bawah permainan bolavoli yang baik dan benar kemudian siswa lebih tertarik dalam mengikuti materi permainan bolavoli

2. Bagi guru

3. Mempermudah guru dalam menyampaikan materi pelajaran tentang permainan bolavoli khususnya dengan metode demonstrasi.

4. Bagi sekolah

Menambah prestasi sekolah pada cabang olahraga, khususnya cabang bolavoli.

5. Bagi peneliti

Menambah wawasan dan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian tentang metode demonstrasi serta untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana strata satu (S1)

6. Bagi fakultas

Sebagai bahan bacaan pada perpustakaan FKIP, dan perpustakaan pusat UIR.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Hakekat Passing Bawah BolaVoli

###### a. Pengertian *Passing* Bawah

*Passing* adalah cara menerima atau mengoperkan bola kepada teman satu regu. Selain itu, *passing* merupakan suatu langkah awal untuk menyusun pola serangan. Menurut Erianti, *passing* merupakan suatu teknik dalam permainan bolavoli 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. Erianti (2004:159).

*Passing* bawah merupakan elemen utama untuk mempertahankan regu dari serangan lawan (bola yang datangnya terlalu keras dan sulit dimainkan dengan *passing* atas, maka diambil dengan *passing* bawah). Disamping untuk mempertahankan, juga sangat berperan untuk membangun serangan *passing* bawah dapat berfungsi sama dengan *passing* atas. *Passing* bawah dapat dilakukan dengan satu tangan apabila bola datangnya pelan dan dekat dari badan maka diambil dengan dua tangan, dalam arti lain *passing* bawah dapat dilakukan dengan satu tangan dan dua tangan yang penggunaannya sesuai dengan situasi dan tujuan yang hendak dicapai.

## **b. Teknik *Passing* Bawah Bolavoli**

*Passing* bawah termasuk salah satu teknik dalam cabang olahraga bolavoli, prestasi yang diukur adalah hasil *passing* bawah yang mengalir setepat mungkin. Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai untuk melakukan *passing* bawah dengan baik yaitu: sikap permulaan, gerakan pelaksanaan, dan gerakan lanjutan.

### 1. Sikap permulaan

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

### 2. Teknik pelaksanaan

Teknik pelaksanaan *passing* bawah yaitu: ayunkan kedua lengan kearah bola, dengan sumbu gerak pada persendian behu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada bagian prosimal dari lengan, diatas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hamper lurus.

### 3. 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 1. Teknik *Passing Bawah*  
(Erianti, 2004 : 164)

#### c. Kesalahan-Kesalahan Pada Teknik *Passing Bawah*

Kesalahan-kesalahan umum pada pelaksanaan teknik *passing bawah*

(Nuril Ahmadi, 2007: 24), antara lain:

- 1) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.
- 2) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan ke atas sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak 90°.
- 3) Bola jatuh pada telapak tangan.
- 4) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- 5) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- 6) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif sehingga bola lari jauh menyeleweng.
- 7) Kurang menekuk lutut pada langkah persiapan pelaksanaan.

- 8) Persentuhan bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada) sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan passing.
- 9) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas, dilakukan dengan *passing* bawah.
- 10) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.
- 11) Pemain malas melakukan *passing* atas terutama pada wanita setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- 12) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat, berputar).
- 13) Lengan pemukul digerakkan dua kali
- 14) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

#### **d. Fasilitas dan Perlengkapan Permainan Bolavoli**

Fasilitas dan perlengkapan permainan bolavli terdiri dari lapangan, jaring (net) dengan perlengkapannya dan bola.

##### **1) Lapangan permainan**

###### **a) Ukuran lapangan**

Lapangan permainan bolavoli berbentuk empat persegi dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. lapangan dikelilingi oleh daerah bebas selebar 3 meter dengan suatu penghalang setinggi 7 meter dari permukaan lapangan permainan. Ahmadi (2007:16)

###### **b) Garis batas lapangan**

- (1) Dua garis samping dan dua garis akhir menandai batas-batas lapangan permainan. Baik garis samping maupun garis akhir termasuk ke dalam ukuran lapangan permainan.
- (2) Garis tengah (poros) membagi lapangan permainan menjadi dua petak lapangan yang masing-masing berukuran 9 x 9 meter. Garis

ini terentang di bawah net dari garis samping ke garis samping lainnya.

(3) Semua garis lapangan lebarnya 5 cm, harus berwarna terang, dan berbeda warna dari warna lantai dan garis lainnya.

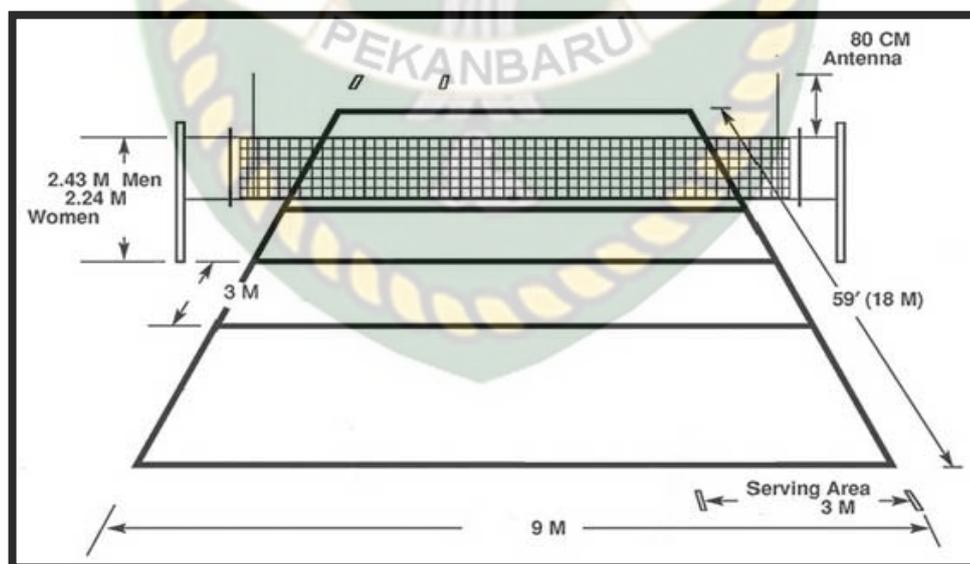
c) Daerah Servis

Lebar daerah servis 9 m dan letaknya di belakang garis akhir. Sisi-sisi daerah servis di batasi oleh dua garis pendek yang panjangnya 15 cm.

d) Daerah Depan

Daerah depan atau area serang. Pada daerah ini terdapat batas poros garis tengah dan ke belakang sampai garis serang. Hidayat (2017:24)

Untuk lebih jelasnya lapangan permainan bolavoli dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 2: Lapangan Permainan Bolavoli  
(Hidayat, 2017:24)

## 2) Jaring (Net) dengan Perlengkapannya

### a) Jaring (Net)

Lebar net adalah 1 m dan panjangnya 9.50 m terletak vertical di atas poros garis tengah. Lobang-lobang jaring / net berbentuk persegi berupa mata jaring berukuran 10 cm tiap lobang warna hitam, pada atas net terdapat pita putih yang horizontal, lebar 5 cm, di buat terlipat dua dan bentuknya memanjang sepanjang jarring / net.

Ketinggian net untuk putra adalah 2,43 meter (7 kaki 11-5/8 inci) dan untuk putri 2,24 meter (7 kaki 4-1/8 inci). Tinggi net di ukur dari tengah-tengah lapangan permainan dengan tiang pengukur. Bagian yang sah dari net adalah yang berada di antara kedua garis pinggir. Viera (2004:5)

### b) Pita Samping

Dua pita putih, lebar 5 cm dan panjang 1m setiap jaring / net dan tegak lurus pada titik potong garis tengah dan garis samping semua termasuk bagian dari net bolavoli.

### c) Antena atau Rod

Antena atau rod adalah tongkat yang lentur, panjang 1,8 m dan garis tengahnya 10 mm. terbuat dari *fiberglass* atau bahan sejenis. Dua buah antenna yang masing-masingnya ditepatkan sebelah luar dari setiap pita samping dan diteptkan pada sisi yang berlawanan pada jaring / net. Tinggi antenna di atas net adalah 80 cm dan terdapat garis bewarna merah putih. Antena adalah bagian dari batas net menandai batas ketinggian penyeberangan bola.

d) **Tiang Net**

Tiang net adalah sebagai petunjang bentuknya arus bulat dan licin dengan ketinggian 2,55 meter yang dapat di naik turun, cara mendirikannya di lantai dan harus kuat. Jarak dari garis samping 0,5-1 meter.

3) **Bola**

Bola harus terbuat dari bahan kulit yang lunak ( lentur), kulit stetis.

Bentuknya bulat didalamnya terbuat dari bahan karet atau sejenisnya.

Warna : satu warna atau lebih terang

Keliling : 65 sampai 67 cm

Berat : 260 sampai 280 gram

Tekanan udara : 0.40 – 0.45 kg/cm (392 – 444 mbr)

**2. Hakikat Metode Demonstrasi**

**a. Pengertian Metode Demonstrasi**

Menurut Sanjaya (2018:152) “Metode demonstrasi adalah metode penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa tentang suatu proses, situasi atau benda tertentu, baik sebenarnya atau hanya sekedar tiruan. Sebagai metode penyajian, demonstrasi tidak terlepas dari penjelasan secara lisan oleh guru”. Walaupun dalam proses demonstrasi peran siswa hanya sekedar memperhatikan, akan tetapi demonstrasi dapat menyajikan bahan pelajaran lebih konkrit. Dalam strategi pembelajaran, demonstrasi dapat digunakan untuk mendukung keberhasilan strategi pembelajaran ekspositori dan inkuiri.

Metode demonstrasi diartikan sebagai pemberian contoh dari seseorang baik guru atau orang lain, kepada siswa. Secara umum, demonstrasi melibatkan satu orang yang mendemonstrasikan kepada orang lain, di kerjakan, kapan orang mendemonstrasikan sesuatu pada guru menggunakan metode demonstrasi. Rahayu (2013:120)

Metode demonstrasi merupakan metode mengajar yang menyajikan bahan pelajaran dengan mempertunjukkan secara langsung objek atau caranya melakukan sesuatu untuk empertunjukkan proses tertentu. Naome (2017 : 98).

Metode demonstrasi adalah cara penyajian pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya ataupun tiruan, yang sedang, yang sering disertai dengan penjelasan lisan. Prayogo (2014 : 16).

Metode demonstrasi adalah metode mengajar yang menggunakan peragaan untuk memperjelas suatu pengertian atau untuk memperlihatkan bagaimana berjalannya atau bekerjanya suatu proses dari suatu alat atau instrument tertentu kepada siswa. Wakidi (2012 : 41).

Berdasarkan beberapa teori di atas dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi merupakan cara penyajian pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari. Demonstrasi melibatkan satu orang yang mendemonstrasikan kepada orang lain, di kerjakan, kapan orang mendemonstrasikan sesuatu pada guru menggunakan metode demonstrasi.

### **b. Kelebihan dan Kelemahan Metode Demonstrasi**

Kelebihan metode demonstrasi yaitu terjadinya verbalisme akan dapat dihindari, sebab siswa disuruh langsung memerhatikan bahan pelajaran yang dijelaskan. Proses pembelajaran akan lebih menarik, sebab siswa tidak hanya mendengar, tetapi juga melihat peristiwa yang terjadi. Dengan cara mengamati secara langsung siswa akan memiliki kesempatan untuk membandingkan antara teori dan kenyataan. Dengan demikian siswa akan lebih menyakini kebenaran materi pembelajaran. Sanjaya (2013 : 152 ).

Kelemahan metode demonstrasi adalah Metode demonstrasi memerlukan persiapan yang lebih matang. Sebab tanpa persiapan yang memadai demonstrasi bisa gagal sehingga dapat menyebabkan metode ini tidak efektif lagi. Demonstrasi memerlukan peralatan, bahan-bahan, dan tempat yang memadai yang berarti penggunaan metode ini memerlukan pembiayaan yang lebih mahal dibandingkan dengan ceramah. Demonstrasi memerlukan kemampuan dan keterampilan guru yang khusus, sehingga guru dituntut untuk bekerja lebih profesional. Sanjaya (2013 : 152 ).

Berdasarkan teori diatas dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi mempunyai kelebihan dan kelemahan, kelebihan metode demonstrasi prosesnya akan lebih menarik sebab siswa tak hanya mendengar tetapi juga melihat peristiwa yang terjadi, sedangkan kelemahan demonstrasi memerlukan peralatan, bahan-bahan, dan tempat yang memadai.

**c. Pelaksanaan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bolavoli dengan Menggunakan Metode Demonstrasi**

Hidayat (2017 : 43) mengatakan, pelaksanaan pembelajaran passing bawah permainan bolavoli secara demonstrasi yaitu pertama-tama dijelaskan teknik passing bawah baik dan benar meliputi tahap persiapan tahap gerakan dan akhir gerakan". *Passing* bawah dijelaskan secara terperinci dan di demonstrasikan. Pelaksanaan dari masing-masing teknik *passing* bawah yaitu:

Cara melakukan *passing* bawah sebagai berikut :

- 1) Kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian menggenggam bagian telapak tangan lain.
- 2) Kedua lengan bersikap lurus ke bawah dengan bagian bawah siku menghadap kearah depan.
- 3) Posisi badan saat melakukan *passing* bawah badan sedikit jongkok yang bertujuan untuk memperkuat tumpun badan atau kuda-kuda.
- 4) Arah badan menghadap lurus dengan arah datangnya bola.

Dari penjelasan teknik *passing* bawah tersebut, apabila siswa sudah jelas dan mengerti secara seluruhnya, selanjutnya siswa mempraktekkan sesuai dengan teknik *passing* bawah. Dari pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bolavoli tentunya akan terjadi kesalahan. Jika terjadi kesalahan, maka guru berkewajiban membetulkan kesalahan tersebut. Kesalahan yang sering dilakukan, harus diberi penekanan secara khusus agar siswa betul-betul memahami dan tidak mengulangi kesalahan tersebut. Setelah kesalahan tersebut

dibenarkan, selanjutnya siswa melakukan gerakan passing bawah secara keseluruhan dan tidak mengulang kesalahan lagi.

## **B. Kerangka Pemikiran**

Kerangka pemikiran penelitian merupakan landasan berpikir bagi peneliti yang digunakan sebagai pemandu penunjuk arah yang hendak dituju. Secara ringkas, komponen utama dalam kerangka pemikiran penelitian adalah sebagai berikut : *passing* bawah adalah kedua ibu jari sejajar dan jari-jari tangan yang satu membungkus jari-jari tangan lainnya. Semua penerimaan bola dengan teknik ini sebaiknya bola disentuh persis lebih sedikit lebih atas pergelangan tangan sikap lengan dan tangan di upayakan seluas mungkin dan kedua siku sebaiknya difiksir untuk mencegah terjadinya pergeseran yang memberikan kemungkinan arah bola yang dikehendaki tidak melenceng.

Dalam hal ini Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportifitas-spiritual-sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembang aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga.

### C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka pemikiran diatas maka dapat dibuat hipotesis penelitian adalah: Diduga metode demonstrasi dapat meningkatkan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru?



### BAB III

#### METODOLOGI PENELITIAN

##### A. Jenis penelitian

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas dilakukan dalam kelas dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah dengan metode demonstrasi.

Arikunto (2006:97) menyatakan bahwa Penelitian Tindak Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru, dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya. PTK berfokus pada proses belajar mengajar yang terjadi di kelas, dilakukan pada situasi alami.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, daur siklus penelitian tindak kelas (PTK) menurut Arikunto (2006: 97) adalah sebagai berikut:



Gambar 3: Daur Siklus Penelitian  
(Arikunto, 2006:16)

## Langkah-Langkah Penelitian

### SIKLUS I

#### 1. Perencanaan

- 1) Menganalisis materi pembelajaran
- 2) Menentukan dan menyiapkan materi
- 3) Membuat rencana pembelajaran
- 4) Menyiapkan media pembelajaran
- 5) Membuat lembaran pengamatan dan penilaian

#### 2. Pelaksanaan

- 1) Guru menjelaskan tentang materi yang akan dilakukan
- 2) Memperkenalkan metode dan alat yang akan dilakukan
- 3) Guru mengatur alat yang akan dipakai
- 4) Mengogarnisasikan latihan
- 5) Meminta anak untuk mempraktekan passing bawah
- 6) Membimbing pelaksanaan passing bawah

#### 3. Observasi

Dilakukan dengan mengamati

- 1) Aktifitas passing bawah
- 2) Informasi ini untuk memperoleh hasil dari data kemampuan anak terhadap passing bawah bolavoli

#### 4. Refleksi

Menganalisa hasil aktifitas belajar dalam mengikuti pelajaran dan kelemahan dari tindakan yang dilakukan untuk diperbaiki pada siklus berikutnya.

## 5. Penilaian

Tes psikomotor

### **SIKLUS II**

#### 1. Perencanaan

- 1) Apresiasi untuk perbaikan materi yang telah diajarkan pada siklus I
- 2) Memperbaiki kesalahan atau kekurangan pada siklus I
- 3) Menyusun scenario pelaksanaan tindakan
- 4) Membuat lembaran observasi guna mencatat hasil pelaksanaan

#### 2. Pelaksanaan

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

- 1) Memberikan petunjuk atau penjelasan dan memberi kesempatan siswa memperhatikan dan melakukan gerakan
- 2) Mengawasi pelaksanaan yang dilakukan siswa
- 3) Melakukan observasi dan evaluasi melalui lembaran observasi yang sudah disediakan
- 4) Mencatat hasil pelaksanaan kegiatan yang dilakukan
- 5) Membuat kesimpulan
- 6) Menganalisa penyusunan alat pengajaran

#### 3. Observasi

- 1) Setelah data tentang lompat jauh siswa diambil pada siklus II dan di analisa guna mengetahui kemungkinan masih ada kelemahan setelah dilakukan latihan.

#### 4. Refleksi

Data yang diperoleh pada tahap observasi di analisis dan sehingga memperoleh hasil kemampuan passing bawah selama dua siklus.

#### 5. Penilaian

### B. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Adapun yang dijadikan populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 42 Pekanbaru. Dengan jumlah 31 orang terdiri 11 siswa laki-laki dan 20 siswi perempuan untuk lebih jelasnya lihat tabel di bawah ini :

Tabel 1: Jumlah Populasi Siswa Kelas VII SMP Negeri 42 Pekanbaru

No	Keterangan	Jumlah
1	Putra	11 Orang
2	Puteri	20 orang
<b>Jumlah</b>		<b>31 orang</b>

Sumber: Data olahan, 2018.

Teknik penarikan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah total *sampling* (sampel keseluruhan), sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 31 orang siswa.

### C. Defenisi Operasional

Supaya tidak terjadi penafsiran dan persepsi yang salah serta menghindari penyimpangan yang mungkin terjadi mengenai permasalahan yang dibicarakan maka perlu penjelasan dan penegasan istilah-istilah sebagai berikut :

#### 1. Teknik dasar *passing* bolavoli

Sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal

#### 2. Metode demonstrasi

Metode demonstrasi adalah metode penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa tentang suatu proses, situasi atau benda tertentu, baik sebenarnya atau hanya sekedar tiruan. Sebagai metode penyajian. Demonstrasi tidak terlepas dari penjelasan secara lisan oleh guru.

### D. Pengembangan Instrumen

Instrumen merupakan suatu alat evaluasi. Mengevaluasi tidak lain adalah memperoleh data tentang status sesuatu dibandingkan dengan standar atau yang telah ditentukan, karena mengevaluasi juga mengadakan pengukuran.

Aspek yang dinilai dalam tes unjuk kerja dapat dilihat pada Tabel berikut :

Tabel 2: Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar *Passing* Bawah

No	Materi	Indikator	Kualitas Gerak				Skor
			1	2	3	4	
1	Tahap persiapan	1. Kedua lutut di tekuk 2. Badan condong kedepan 3. Tangan lurus kedepan 4. Punggung tangan kanan di letakkan di atas telapak tangan kiri saling berpegangan					
2	Tahap Pelaksana gerak	1. Ayunkan kedua lengan ke arah bola 2. Persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus 3. Perkenaan bola pada bagian tangan dari lengan di atas pergelangan tangan 4. Lengan di ayunkan dan di angkat hampir lurus					
3	Akhir gerakan	1. Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah kedepan 2. Ambil posisi siap kembali 3. Ayunkan lengan untuk passing bawah kedepan 4. Tangan tidak melebihi 90 derajat bahu/ badan					

Sumber: Raswin (2015)

Keterangan Penilaian:

- 1) Siswa mendapat nilai 4, apabila dapat melakukan seluruh aspek yang diamati
- 2) Siswa mendapat nilai 3, apabila dapat melakukan 3 aspek yang diamati
- 3) Siswa mendapat nilai 2, apabila dapat melakukan 2 aspek yang diamati
- 4) Siswa mendapat nilai 1, apabila dapat melakukan 1 aspek yang diamati

Sesuai standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) mata pelajaran penjasokes VII SMPN 42 Pekanbaru, siswa dianggap tuntas apabila mendapat nilai  $\geq 75$ .

Tabel 3: Interval dan Kategori Keberhasilan Siswa

% interval	Kategori
90-100	Baik Sekali
70-89	Baik
50-69	Cukup
<50	Kurang

Sumber: KKM (kelas VII SMPN 42 Pekanbaru)

#### E. Teknik Analisis Data

##### 1) Teknik Penilaian

Tes unjuk kerja (psikomotor)

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

##### 2) Ketuntasan Belajar

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai 70 % dari hasil tes atau nilai 70 (kurikulum 2017) ketuntasan klasikal tercapai apabila 80 % dari seluruh siswa mampu melakukan lompat jauh dengan benar.

Adapun rumus yang digunakan untuk menentukan ketuntasan klasifikasi sebagai berikut :

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

Keterangan:

P = Angka presentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Deskripsi Data

Berdasarkan hasil penelitian mengenai upaya meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli melalui metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru, sehingga diperoleh hasil pengolahan data sebagai berikut:

#### 1. Data Hasil Penilaian *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Pada Siklus I.

Setelah dilakukan tes *passing* bawah permainan bolavoli siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru pada siklus I diperoleh data yakni: nilai tertinggi pelaksanaan siklus I adalah 92 sedangkan nilai terendah pelaksanaan siklus I adalah 58.

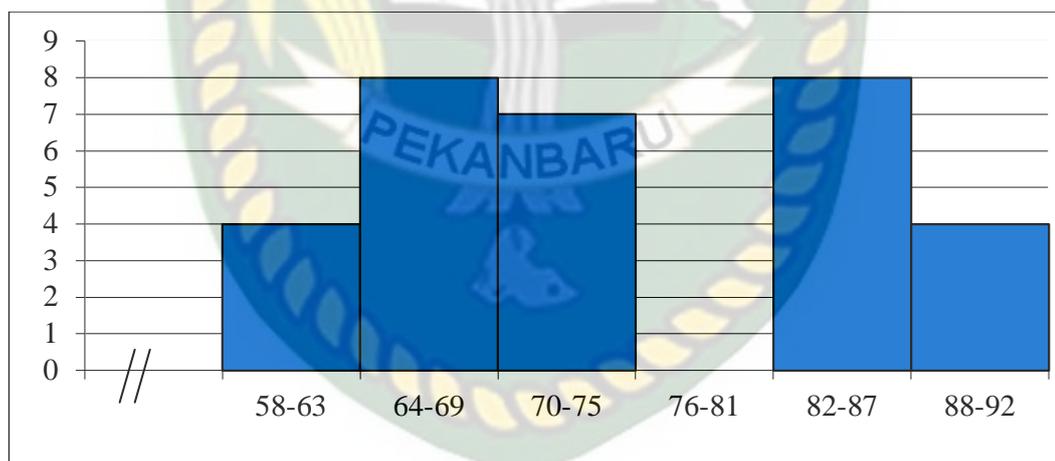
Dimana nilai interval pelaksanaan siklus I, didapat kelas interval antara 58 – 63 adalah 4 orang siswa atau dengan nilai persentase 13 %, nilai interval antara 64 – 69 adalah sebanyak 8 orang siswa atau dengan nilai persentase 26 %, nilai interval antara 70 – 75 adalah sebanyak 7 orang siswa atau dengan nilai persentase 22 %, nilai interval antara 76 – 81 tidak ada atau 0 %, nilai interval antara 82 – 87 adalah sebanyak 8 orang siswa atau dengan nilai persentase 26 % dan nilai interval antara 88 – 92 adalah sebanyak 4 orang siswa atau dengan nilai persentase 13%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat Tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus I dibawah ini:

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Data *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I.

No	Interval	Frekuensi	Persentase
1	58 - 63	4	13 %
2	64 - 69	8	26 %
3	70 - 75	7	22 %
4	76 - 81	-	-
5	82 - 87	8	26 %
6	88 - 92	4	13 %
<b>Jumlah</b>		<b>31</b>	<b>100 %</b>

Sumber: Data olahan penelitian 2019.

Data yang tertuang dalam Tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram. Untuk lebih jelasnya data dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 4: Histogram *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I

## 2. Data Hasil Penilaian *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Pada Siklus II.

Setelah dilakukan tes *passing* bawah permainan bolavoli siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru pada siklus II diperoleh data yakni: nilai tertinggi

pelaksanaan siklus II adalah 92 sedangkan nilai terendah pelaksanaan siklus I adalah 67.

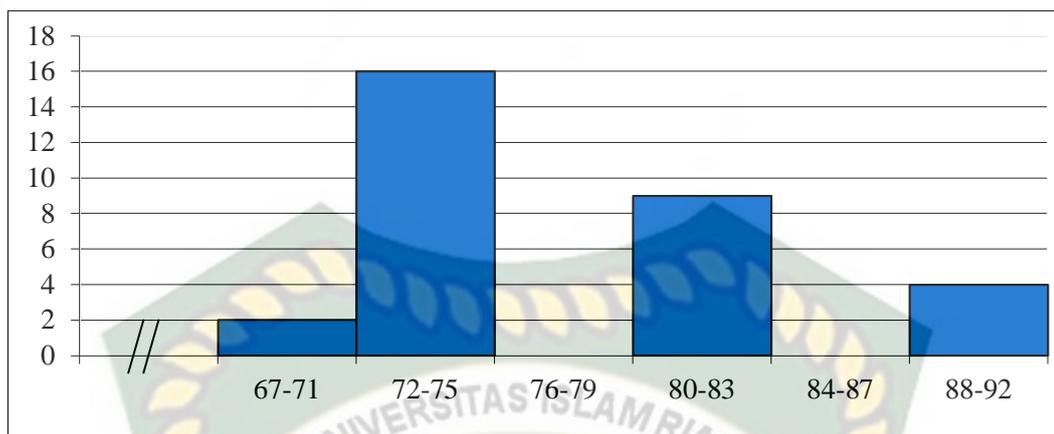
Dimana nilai interval pelaksanaan siklus II, didapat kelas interval antara 67 – 71 adalah 2 orang siswa atau 6 %, nilai interval antara 72 – 75 adalah sebanyak 16 orang siswa atau 52 %, nilai interval antara 76 – 79 tidak ada atau 0 %, nilai interval antara 80 – 83 sebanyak 9 orang siswa atau 29 %, nilai interval antara 84 – 87 tidak ada atau 0 % dan nilai interval antara 88 – 92 adalah sebanyak 4 orang siswa atau 13%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat Tabel distribusi frekuensi tes perlakuan siklus II dibawah ini:

Tabel 5: Distribusi Frekuensi Data *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II.

No	Interval	Frekuensi	Persentase
1	67 - 71	2	6 %
2	72 - 75	16	52 %
3	76 - 79	-	-
4	80 - 83	9	29 %
5	84 - 87	-	-
6	88 - 92	4	13 %
<b>Jumlah</b>		<b>31</b>	<b>100 %</b>

Sumber: Data olahan penelitian 2019.

Data yang tertuang dalam Tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram. Untuk lebih jelasnya data dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 5: Histogram *Passing Bawah* Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II

## B. Analisis Data

Berdasarkan data *passing bawah* permainan bolavoli melalui siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru pada siklus I dan siklus II, sehingga diperoleh hasil analisis data sebagai berikut:

### 1. Analisis Penilaian *Passing Bawah* Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Pada Siklus I.

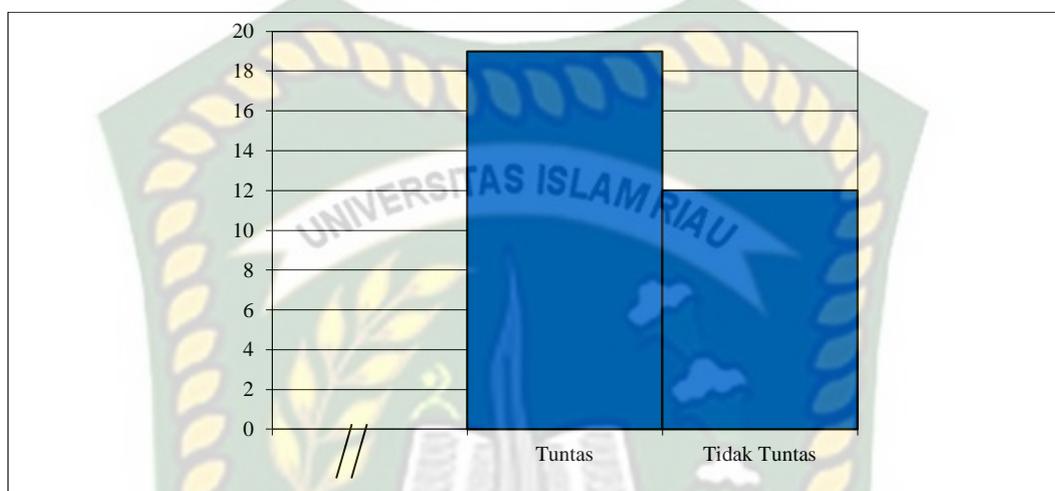
Berdasarkan tes *passing bawah* permainan bolavoli melalui metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru pada siklus I dari 31 siswa, maka nilai siswa yang mencapai KKM sebanyak 19 siswa dengan persentase 61 % sedangkan 12 siswa belum mencapai KKM dengan persentase 39 %. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 6: Distribusi Frekuensi Ketuntasan Belajar *Passing Bawah* Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I.

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Tuntas	19	61 %
2	Tidak tuntas	12	39 %
<b>Jumlah</b>		<b>31</b>	<b>100 %</b>

Sumber: Data olahan penelitian 2019.

Data yang tertuang dalam Tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram. Untuk lebih jelasnya data dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 6: Histogram Ketuntasan Belajar *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus I

## 2. Analisis Penilaian *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Pada Siklus II.

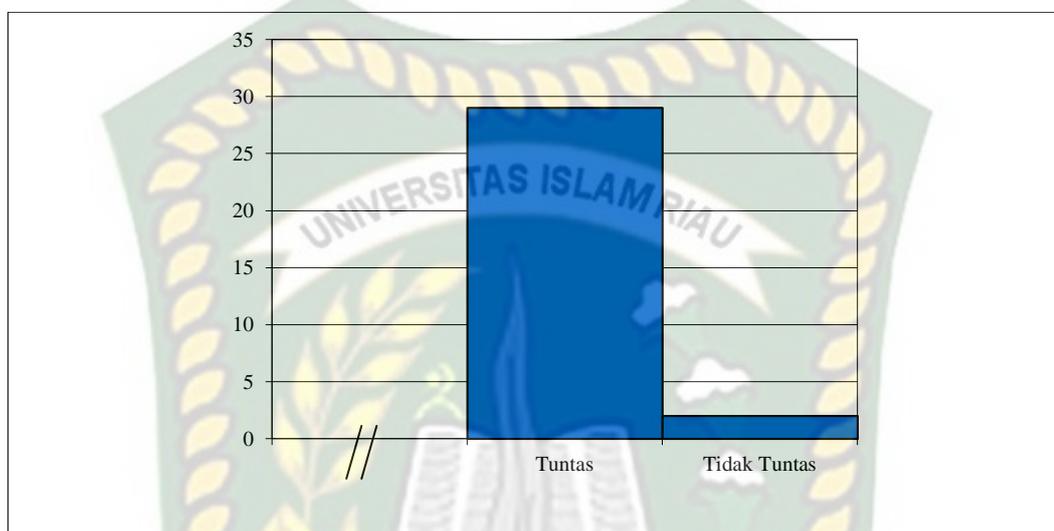
Berdasarkan tes *passing* bawah permainan bolavoli melalui metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru pada siklus II dari 31 siswa, maka nilai siswa yang mencapai KKM sebanyak 29 siswa dengan persentase 94% sedangkan 2 siswa belum mencapai KKM dengan persentase 6%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 7: Distribusi Frekuensi Ketuntasan Belajar *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II.

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Tuntas	29	94 %
2	Tidak tuntas	2	6 %
<b>Jumlah</b>		<b>31</b>	<b>100 %</b>

Sumber: Data olahan penelitian 2019.

Data yang tertuang dalam Tabel di atas juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram. Untuk lebih jelasnya data dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 7: Histogram Ketuntasan Belajar *Passing* Bawah Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru Siklus II

### C. Pembahasan

Penerapan metode demonstrasi dalam pembelajaran teknik dasar *passing* bawah permainan bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru ternyata menunjukkan peningkatan. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa rata-rata nilai siswa pada siklus I sebesar 75 meningkat pada siklus II menjadi 79. Jumlah siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 19 siswa dengan persentase ketuntasan sebesar 61 % kategori belum berhasil kemudian meningkat pada siklus II menjadi 29 siswa dengan persentase ketuntasan 94 % kategori berhasil.

Berdasarkan hasil yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi dapat meningkatkan dasar *passing* bawah permainan bolavoli. Peningkatan yang terjadi dari hasil penelitian dipengaruhi oleh pembelajaran yang menarik dan menyenangkan melalui metode demonstrasi.

Menurut Erianti (2004:159) *passing* merupakan suatu teknik dalam permainan bolavoli 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. *Passing* bawah adalah teknik yang harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain, tanpa menguasai teknik *passing* bawah permainan bolavoli tidak akan berjalan dengan lancar, teknik lainnya tidak akan dapat digunakan dengan sempurna sehingga permainan menjadi kurang menarik.

Demonstrasi adalah penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa cara melakukan *passing* bawah, sehingga pembelajaran ini dapat menarik semangat siswa dalam melakukan terknik dasar *passing* bawah dalam permainan bla voli. Walaupun dalam proses demonstrasi peran siswa hanya sekedar memperhatikan, akan tetepi demonstrasi dapat menyajikan bahan pelajaran lebih konkrit. Dengan begitu siswa dapat lebih kreatif dalam mempraktekkan teknik dasar *passing* bawah bolavoli.

Pada siklus I keterampilan dasar siswa dalam menguasai teknik dasar *passing* bawah permainan bolavoli masih kurang. Banyak siswa yang melakukan

kesalahan dalam melakukan passing bawah permainan bolavoli seperti bola yang di *passing* banyak yang tidak tepat pada sasaran, dikarenakan posisi kedua tangan tidak dirapatkan, saat melakukan *passing* bawah kedua siku di tekuk dan jari-jari tangan tidak digenggam sehingga tangan selalu terlepas. Kuda-kuda kaki atau posisi kaki kurang tepat terlihat disaat menerima bola posisi kaki sama sejajar yang seharusnya salah satu kaki sedikit maju dan badan agak membungkuk, sehingga dalam mengantisipasi datangnya bola menjadi tidak sempurna. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang dibawakan peneliti masih perlu perencanaan yang lebih baik.

Pada siklus II siswa dapat mencapai hasil yang baik. Hal ini disebabkan siswa mampu melakukan teknik *passing* bawah dengan benar, baik dari sikap kedua lutut, sikap badan dan sikap tangan, dikarenakan metode demonstrasi sangat menyenangkan untuk para peserta didik hal ini membuktikan bahwa metode demonstrasi ternyata dapat meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli siswa kelas II SMPN 42 Pekanbaru sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar serta tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Jadi, keterampilan dasar *passing* bawah permainan bolavoli melalui metode demonstrasi mengalami peningkatan.

Hal ini membuktikan bahwa metode demonstrasi ternyata dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kencana (2011) yang mengatakan bahwa: terdapat peningkatan

kemampuan *passing* atas permainan bolavoli melalui pemberian metode demonstrasi pada siswa SMA Negeri 2 Tambang Kabupaten Kampar.

Hasil penelitian di atas juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Prayogo (2014) yang mengatakan bahwa metode demonstrasi berpengaruh terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV SDN Kademangan III Kecamatan Mojoagung Jombang Tahun Pelajaran 2013/2014.

Hasil penelitian Naome (2017) juga mengataka hal yang sama yaitu dengan menerapkan meode demonstrasi dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar permainan bolavolly pada mata pelajaran penjasorkes siswa Kelas VI SD Negeri 020 Bonandolok Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal Tahun Pelajaran 2017/2018.

Guna mendapatkan hasil lebih maksimal, ada beberapa faktor yang perlu mendapatkan perhatian baik guru olahraga maupun pihak sekolah, antara lain adalah:

1. Ketersediaan sarana penunjang olahraga.

Ketersediaan sarana penunjang olahraga khususnya olahraga permainan bolavoli dinilai masih kurang, dimana ratio antara jumlah bola dengan jumlah siswa kurang memadai yakni 1 : 8 ( 1 bola berbanding 8 siswa).

2. Pembinaan dari guru olahraga.

Selama pembinaan pembelajaran guru bukan hanya mengajarkan dan mengontrol para siswa tetapi juga memberi motivasi kepada para siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.

### 3. Metode pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran guru harus menerapkan metode yang mudah dipahami dan dilakukan oleh para siswa.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi data dan analisa data yang telah dipaparkan, dapat diambil kesimpulan dalam penelitian ini yaitu: Terdapat peningkatan *passing* bawah permainan bolavoli melalui metode demonstrasi siswa kelas VII SMPN 42 Pekanbaru. Hal ini disebabkan dari pelaksanaan siklus I terdapat 19 siswa yang mencapai nilai KKM (61%). Maka dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah 29 siswa mencapai KKM (94%).

#### B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka peneliti menyarankan sebagai berikut:

1. Kepada guru olahraga untuk lebih meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli, diharapkan dapat menerapkan pendekatan metode demonstrasi.
2. Kepada siswa SMPN 42 Pekanbaru untuk lebih giat dan selalu melakukan latihan khususnya *passing* bawah permainan bolavoli, supaya memiliki kemampuan *passing* bawah dengan baik.
3. Diharapkan bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian yang sejenis untuk mengkaji lebih lanjut metode lain yang dapat meningkatkan *passing* bawah permainan bolavoli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi,. 2007. *Panduan Olahraga BolaVoli*.Era Pustaka Utama. Surakarta.
- Arikunto, Suharsimi, Supardi. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Asep Suherman. 2016. Pengaruh Penerapan Model Kooperatif Tipe Jigsaw dan TGT (*Teams Game Tournament*) Terhadap Keterampilan Sosial dan Keterampilan Bermain BolaVoli. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.Vol. 1.No. 2. Hal: 9.
- Desyanto Nur Isnan Prayogo. 2014. Pengaruh Metode Demonstrasi Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas IV SDN Kademangan III Kecamatan Mojoagung Jombang Tahun Pelajaran 2013/2014. *Bravo's Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan STKIP Jombang*. Vol 2 No. 1. Hal: 16
- Erianti. 2004. Buku Ajar BolaVoli. Padang.
- Fathul Bari. 2014. Penerapan Metode Demonstrasi Dengan Bantuan Media Gambar Terhadap Ketepatan Servis Bawah Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*.Vol 02. No 02. Hal : 478.
- Hidayat. 2017. *Buku Pintar BolaVoli*. Anugrah, Jakarta Timur.
- Naome. 2017. Upaya Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bolavolly Pada Mata Pelajaran Penjasorkes Melalui Metode Demonstrasi di Kelas VI SD Negeri 020 Bonandolok Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Guru Kita (Jkg)*. Vol 2(1). Hal:98.
- Rahayu, Trisna Ega. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*.Bandung : CV Alfabeta.
- Raswin, dkk. 2015. Upaya Peningkatan Hasil Belajar Bolavoli Mini Melalui Pembelajaran Menggunakan Media Bola Karet. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. Vol. 14 (1).

- Rita Kencana. 2011. Peningkatan Kemampuan *Passing* Atas Permainan Bolavoli Metode Demontrasi Siswa SMA Negeri 2 Tambang Kabupaten Kampar. *Srikpsi*. Universitas Islam Riau. Pekanbaru.
- Syarif Hidayat, dkk. 2018. Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Siswa Eksrakurikuler SMK Negeri 1 Subang. *BIORMATIKA Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang* Vol. 4 No 01.
- Sudijono, Anas. 2011. *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta : PT RajaGrafindo Persada.
- Sukirno. 2012. *Cabang Olahraga BolaVoli*. Palembang.
- Viera, 2004. *BolaVoli Tingkat Pemula*. PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Wakidi, dkk. 2012. Upaya Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola dengan Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas V SDN 3 Senempak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*.Vol 1. No 1. Hal: 40-45.



**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 : 147/A-UIR/661-PENJASKESREK/2019

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

Nama	Dedi Kurniawan
NPM	156610868
Program Studi	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul Skripsi :

*“Upaya Meningkatkan Passing Bawah Permainan Bolavoli Melalui Metode Demonstrasi Siswa Kelas VII SMPN 42 Pekanbaru”.*

Dinyatakan sudah memenuhi syarat plagiarism 9% pada keseluruhan naskah skripsi yang disusun sebagaimana **bukti terlampir**. Surat Keterangan ini digunakan sebagai persyaratan untuk pengurusan surat keterangan Bebas Pustaka.



Drs. Bahayis, M.Pd  
NIDN 0020056109