UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI METODE VARIASI MENGAJAR SISWA KELAS VII 1 SMPN 3 PEKANBARU

SKRIPSI

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

OLEH:

BAYU ANGGORO
NPM:156610159

PEMBIMBING

Drs. Zulrafli, M.Pd
NPK. 890102131
NIDN. 1026116310

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

PENGESAHAN SKRIPSI

JUDUL

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI METODE VARIASI MENGAJAR SISWA KELAS VII 1 SMPN 3 PEKANBARU

Dipersiapkan Oleh :

Nama : Bayu Anggoro

NPM : 156610159

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)

Dosen Pembimbing

Drs. Zulrafli, M.Pd

NIDN. 1026116310

Mengetahui,

Ketua program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi

Drs. Dahlris, M.Pd

NIDN. 0020046109

Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Wakil Dekan Bidang Akademik

Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Pd

NIP. 19611231160210022

NIDN. 000710705

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Bayu Anggoro

NPM : 156610159

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Judul : Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

Disetujui Oleh
Pembimbing Utama

Drs. Zulrafli, M.Pd
NIDN. 1026116310

Mengetahui,
Ketua program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau

Drs. Daharis, M.Pd
NIP. 19611231160210022
NIDN. 0020046109

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

SURAT KETERANGAN

Kami pembimbing skripsi dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa dibawah ini:

Nama : Bayu Anggoro

NPM : 1306110159

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah selesai menyusun Skripsi dengan judul: Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru.

Demikianlah surat keterangan ini di buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pembimbing Utama,

Drs. Zulrafli, M.Pd

NIDN. 1026116310

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ABSTRAK

Bayu Anggoro. 2019. Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing atas bola voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas melalui metode variasi mengajar dalam permainan bolavoli kelas VII 1 di Smpn 3 Pekanbaru. Jenis penelitian ini merupakan PTK. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 37 siswa, kemudian sampel yang di ambil adalah total sampling yaitu keseluruhan dari populasi yang berjumlah 37 siswa di jadikan sampel. Berdasarkan hasil pengolahan data pada pelaksanaan siklus I terdapat 25 siswa yang mencapai nilai KKM (67%), dan 12 siswa yang belum mencapai nilai KKM (32%). Maka penelitian ini dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus II dan hasilnhya meningkat dengan jumlah 31 siswa yang mencapai nilai KKM (83%) dan 6 siswa yang belum mencapai KKM (16%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan *passing* atas bolavoli melalui metode variasi mengajar dalam permainan bolavoli kelas VII 1 di Smpn 3 Pekanbaru.

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

ABSTRACT

Bayu Anggoro. 2019. Efforts to Improve the Skill of Passing Volleyball Through Teaching Variation Method for Class VII 1 Students at Pekanbaru 3 Public Middle School.

The purpose of this study was to improve the skills of the upper pass through the method of teaching variation in the volleyball game class VII 1 at SMP 3 Pekanbaru. The sample taken was 37 students. This type of research is PTK. Based on the results of data processing in the implementation of the first cycle there were 25 students who achieved the KKM score (67%), and 12 students who had not yet reached the KKM score (32%). So this research was continued with the implementation of the second cycle and the results increased with the number of 31 students who reached the KKM score (83%) and 6 students who had not yet reached the KKM score (16%). Thus it can be concluded that there is an increase in volleyball's passing skills through the variation teaching method in volleyball game class VII 1 at Pekanbaru 3 Junior High School.
Keywords: Teaching Variation Strategy, Upper Passing Skills.

Keywords: Teaching Variation Strategy, Upper Passing Skills.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Telah dilaksanakan bimbingan skripsi terhadap:

Nama : Bayu Anggoro
NPM : 156610159
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S1)
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Pembimbing Utama : Drs. Zulrafli, M.Pd
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

No	Tanggal	Berita Bimbingan	Paraf
1	16-10-2018	ACC Judul Proposal	
2	20-01-2018	Perbaiki, latar belakang,Identifikasi masalah, Teori, Table variasi unjuk kerja, Tambah RPP.	
3	26-01-2019	Spasi jika lebih dari 5 baris di jadikan 1 spasi,RPP di cantumkan variasi mengajar.	
4	30-01-2019	ACC untuk di seminarkan	
5	13-02-2019	Ujian seminar proposal	
6	27-02-2019	Perbaikan Proposal	
7	12-03-2019	Pengurusan surat riset	
8	16-04-2019	Perbaiki Bab IV dan Bab V	
9	17-04-2019	ACC untuk ujian skripsi	

Pekanbaru, April 2019
Wakil Bidang Akademik FKIP

Dr. Sri Amnah, S.Pd., M.Pd
NIP. 19611231160210022
NIDN. 000710705

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bayu Anggoro
NPM : 156610159
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar siswa Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat sesuai dengan aturan penulisan skripsi dan tidak melakukan plagiat
2. Penulisan yang saya buat murni karya saya sendiri yang dibimbing oleh dosen yang telah diajukan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
3. Jika ditemukan skripsi yang merupakan duplikat yang merupakan duplikat skripsi orang lain maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

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

Pekanbaru, Mei 2019
Yang bers

METERAI TEMPEL
B30F8AFF890446213
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Bayu Ang
NPM. 156610159

KATA PENGANTAR

Assalammu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas limpah rahmat dan karunia-Nya shalawat beserta salam penulis kirimkan kepada junjungan alam Nabi besar Muhammad Saw. Sehinga penulis dapat menyusus proposal ini dengan judul**: "Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa kelas VII 1 SMP N 3 Pekanbaru"**

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

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

1. Bapak Drs, Daharis M.Pd selaku Ketua Program Studi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.
2. Bapak Drs, Zulrafli M.Pd selaku Pembimbing Utama yang luar biasa sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan serta pembimbing penulis dalam penyelesaian proposal ini.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin Ilmu kepada penulis selama belajar di Universitas Islam Riau.
4. Teristimewa buat keluarga tercinta yang telah banyak berkorban baik meteral maupun moril yang tak mungkin terbalas sehingga dapat menyelesaikan proposal ini. Khususnya untuk Ayahanda Tercinta dan tentunya Ibunda serta kakak saya yang telah memberikan semangat untuk penulis menyelesaikan proposal ini.
5. Teman-teman seperjuangan khususnya angkatan 2015 yang ada dikala susah dan senang serta yang lainnya ucapan terima kasih atas dukungan kalian. Memberikan bantuann, informasi dan motivasi dalam penulisan proposal ini.

Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan pembuatan dan penyusunan serta penulisan proposal ini tidak luput dari kekurangan dan kelengkapannya baik yang disengaja maupun tidak sengaja. Oleh karna itu, kritik dan saran penulis harapkan demi perbaikan dan kesempurnaan untuk masa yang akan datang.

Penulis

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR ISI

PENGESAHAN SKRIPSI ..... **i**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI ..... **ii**

SURAT KETERANGAN ..... **iii**

ABSTRAK ..... **iv**

ABSTRACT ..... **v**

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI ..... **vi**

SURAT PERNAYATAAN ..... **vii**

KATA PENGANTAR ..... **viii**

DAFTAR ISI ..... **x**

DAFTAR TABEL ..... **xii**

DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**

DAFTAR GRAFIK ..... **xiv**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 5
C. Pembatasan Masalah 5
D. Perumusan Masalah 5
E. Tujuan Penelitian 6
F. Manfaat Penelitian 6

BAB II LANDASAN TEORI **8**

A. Landasan Teori **8**
1. Hakikat *Passing* Atas Bola Voli 8
a) Pengertian *Passing* Atas 8
b) Tahap-tahap Pelaksanaan *Passing* Atas 10

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

c) Kesalahan Dalam Melakukan *Passing* Atas 13
2. Hakikat Variasi Mengajar 14
a) Pengertian Variasi Mengajar..... 14
b) Bentuk-bentuk Metode Variasi Pada *Passing* Atas 15
B. Kerangka Pemikiran..... 19
C. Hipotesis Tindakan..... 20

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 21

A. Jenis Penelitian..... 21
B. Populasi dan Sampel 25
C. Defenisi Operasional..... 26
D. Pengembangan Instrumen 26
E. Teknik Pengumpulan Data..... 29
F. Teknik Analisis Data..... 30

BAB IV HASIL PEMBAHASAN 32

A. Deskripsi Data..... 32
B. Analisis Data 36
C. Pembahasan..... 38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 41

A. Kesimpulan 41
B. Saran..... 41

DAFTAR PUSTAKA 43

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR TABEL

1. Populasi Penelitian Murid kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru 25
2. Rubik Penilaian Unjuk Kerja *Passinng* Atas Bola Voli 27
3. Interval Kategori Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli 30
4. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus I..... 33
5. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus II 35
6. Distribusi Frekuensi Siswa Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru 38

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar1. Persiapan *Passing* Atas 11
2. Gambar 2. Pelaksanaan *Passing* Atas 12
3. Gambar 3. Gerakan Lanjutan *Passing* Atas 12
4. Gambar 4. Variasi *Passing* Atas 16
5. Gambar 5. Variasi *Passing* Atas 17
6. Gambar 6. Variasi *Passing* Atas 18
7. Gambar 7. Variasi *Passing* Atas 19
8. Gambar 8. Siklus Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas 22

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR GRAFIK

1. Histogram Tes Siklus I Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru..... 33
2. Histogram Tes Siklus II Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru 35
3. Perbandingan Histogram Tes Siklus I dan Siklus 2 Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru..... 39

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR LAMPIRAN

1. Data Siklus I 45
2. Data Siklus II 46
3. Pencarian Nilai *Passing* Atas Siklus I 47
4. Pencarian Nilai *Passing* Atas Siklus II 50
5. Analisis Statistik Tes Siklus I 53
6. Analisis Statistik Tes Siklus II 54
7. Analisa Data Peningkatan Hasil Belajar Siklus I 56
8. Analisa Data Peningkatan Hasil Belajar Siklus II 57
9. RPP 58
10. Dokumentasi Penelitian 63

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani dan olaharaga yang merupakan satu pengertian yang sama ruang lingkupnya dengan apa yang dikenal sebagai "Physical education and sport" seperti yang dinyatakan oleh UNESCO dalam "International Charter of Physical Education and Sport.

Pendidikan jasmani adalah suatu pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang di lakukan secara sadar dan sistematik melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak.

Olahraga adalah bentuk-betuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intersif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemengangan dan prestasi optimal. Untuk mencapai sasaran tersebut pendidikan jasmani dan olahraga yang diberikan dalam bentuk formal kurikulum pendidikan harus mampu memberikan sumbangan yang positif dan efektif. Bagi pertumbyhan nilai-nilai pokok manusia yang merupakan kekuatan pendorong bagi terciptanya generasi muda sebagai tunas-tunas bangsa yang lebih baik lebih bertanggung jawab, lebih disiplin, lebih kesadaran nasional , lebih kuat jiwa dan raga, lebih

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

jiwa dan raga, lebih berkepribadian dan dengan demikian pua mampu mengisikan unsur pembinaan bangsa dan pembangunan negara.

Dalam Undang – undang RI no 3 pasal 25 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional di sebutkan "Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikukuler".

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

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematik bertujuan untuk meningkatkan hasil siswa yang berprestasi dan berkualitas maka harus di lakukan pembinaan keolahragaan. Salah satu cabang olahraga yang mendapatkan pembinaan yaitu cabang olahraga bolavoli. Olahraga bola voli merupakan salah satu olahraga yang di gemari banyak orang.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Karena bola voli berkembang dengan pesat dikalangan-kalangan masyarakat bahkan dunia, didalam bola voli kita mempelajari teknik-teknik dasar agar bisa memainkannya dengan benar. Namun terbatasnya sarana dan prasarana yang di gunakan untuk mendukung proses pembelajaran penajas sehigga terbatasnya kemampuan guru penjas untuk melakukan pembelajaran.

Salah satu keterbatasan guru penjas dalam mengajar adalah dalam hal menciptakan situasi lingkungan yang memungkinkan siswa berinteraksi sehingga terjadi perubahan atau perkembangan pada diri siswa. Kegiatan olahrag akan menyehatkan jasmani dan rohanim apalagi olahraga itu dilakukan sesuai dengan metode pembelejaran bervariasi, sehingga membuat anak-anak lebih bersemangat untuk berolahraga terutama pada *passing* atas.

Fenomena itulah yang saat ini terjadi di SMP N 3 Pekanbaru , hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa kemampuan *passing* atas pada siswa kelas VII SMP N 3 Pekanbaru masih tergolong rendah. Sedangkan siswa dituntut untuk mencapai KKM yang sudah ditentukan oleh sekolah.

Setiap mata pelajaran yang ada di sekolah memiliki nilai Kriteria Ketuntasan Minimal atau yang di singkat KKM adalah nilai kriteria paling rendah untuk menyatakan peserta didik mencapai ketuntasan atau tidak. Berdasarkan musyawarah guru pendidikan jasmani untuk KKM di SMP N 3 Pekanbaru adalah 80.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap siswa kelas VII I SMP N 3 Pekanbaru pada saat pembelajaran bola voli masih ada kekurangan yang dimiliki pada siswa dalam menguasai teknik *passing* atas yaitu : masih kurangnya koordinasi gerakan *passing* atas yang dilakukan oleh siswa kelas VII I SMPN 3 Pekanbaru, kemudian masih banyak di antara siswa yang kurang memahami teknik *passing* atas yang benar, kurangnya pengetahuan siswa tentang olahraga bola voli , kurangnya keterampilan pemberian metode pembelajaran yang lebih bervariasi dari guru, dan masih banyak di antara siswa yang belum mencapai KKM (80) dalam permainan bola voli.

Dilihat dari karakteristik anak, dunia anak adalah dunia bermain. Siswa SMP yang masih tergolong remaja bentuk aktivitasnya cenderung berupa permainan. Maka dari itu metode variasi akan dilakukan dalam teknik *passing* atas sehingga siswa dapat melakukan *passing* atas dengan baik serta tepat sasaran disaat mengumpan bola dan tidak merasa bosan dalam melakukan latihan *passing* atas. Dengan menerapkan metode variasi mengajar tersebut diharapkan akan memberikan dampak yang positif pada siswa diantaranya siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran aktif dan siswa akan lebih termotivasi (terdorong) dalam belajar.

Berdasarkan hasil observasi maka peneliti tertarik mengambil judul

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

“ Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas VII I SMP N 3 Pekanbaru”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang dan hasil observasi, masalah yang dapat diidentifikasi adalah:

1. Masih ada diantara siswa yang kurang memiliki koordinasi gerakan *passing* atas yang baik.
2. Masih banyak di antara siswa yang kurang memahami teknik *passing* atas yang benar.
3. Kurangnya pengetahuan siswa tentang olahraga bola voli
4. Guru kurang memberikan metode pembelajaran yang lebih bervariasi pada permainan bola voli.
5. Masih banyak di antara siswa yang belum mencapai KKM di SMP N 3 Pekanbaru

C. **Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, pokok permasalahan yang di teliti hanya tentang “Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Variasi Mengajar Siswa Kelas VII I SMP N 3 Pekanbaru”

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah metode variasi dapat meningkatkan teknik dasar passing atas pada olahraga bola voli siswa kelas VII SMP N 3 Pekanbaru.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* atas pada olahraga bola voli melalui metode variasi mengajar siswa kelas VII SMP N 3 Pekanbaru.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas maka penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1) Para siswa, denga diterapkannya metode variasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran passing atas, siswa menjadi lebih antusias dalam mengikuti proses pembelajaran passing atas dan siswa lebih mudah mengikuti proses pembelajatan passing atas.
2) Bagi Guru pendidikan jasmani, sebagai data untuk melakukan evaluasi terhadap metode pembelajaran yang akan diajarkan ke siswa untuk ke depannya.
3) Mahasiswa, sebagai bahan masukan dan menambah wawasan dalam ilmu pendidikan jasmani, sehingga menimbulkan langkah-langkah tertentu dalam rangka meningkatkan kualitias pengajaran khususnya dalam permainan bola voli.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

4) Bagi penulis, untuk ilmu pengetahuan dalam memahami tentang peningkatan teknik dasar passing atas pada olahraga bola voli melalui metode variasi mengajar dan guna menyelesaikan studi program steata 1 untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Untversitas Islam Riau.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat *Passing* Atas Bola Voli

a) Pengertian *Passing* atas

Olahraga bola voli merupakan salah satu bentuk permainan yang di ciptakan untuk mengisi kegiatan pada saat jam pelajaran olahraga di sekolah . Didalam olahraga bola voli terdapat teknik dasar yang digunakan salah satu nya yaitu *passing* atas. Dibawah akan dijelakan beberapa definisi *passin*g atas menurut para ahli.

Sukirno dan Waluyo (2012:27) teknik pasing atas yang di maksud dengan *passing* atas dalam permainan bola voli adalah mengambil bola atau mengoperkan bola atau mengumpan bola kepada teman, tapi apabila ada kesempatan yang baik langsung diteruskan kepada lawan sebagai gerak tipuan untuk mendapatkan poin.

Kemudian dari Hidayat (2017:43) passing merupakan teknik menerima bola dan mengayunkan kembali ke arah yang di inginkan. Teknik ini merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli dan harus diketahui oleh mereka yang ingin melakukan permainan tersebut. pada teknik ini, lebih mengutamakan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kekuatan jari-jemari kedua tangan.pengumpan. Seorang tosser harus bisa memberikan umpan yang memanjakan pem Biasanya, teknik ini lebih dipilih pada saat seorang pemain hendak melaku kan umpan sebelum pukulan terakhir atau smash.Pemain yang di tuntut memiliki keterampilan lebih dalam teknik ini adalah mereka yang berposisi sebagai tosser atau ain lain untuk melakukan smash secara sempurna.

Kemudian Imawati (2014) Passing atas adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan menggunakan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Passing atas di lakukan pada saat ketika bola berada di atas kepala.

Selanjutnya Surnardi (2009:17) passing adalah gerakan seorang pemain bola voli ketika menerima bola. Dinamakan passing atas karena bola yang akan di kembalikan berada di atas kepala (setinggi muka). diketajui bahwa *passing* atas dilakukan untuk menerima bola lambung (bola lambat) sehingga sangat beresiko melakukan *passing* atas untuk menerima dengan laju cepat dan keras, misalnya bola smash.

Menurut Yoga (2008) mengemukakan teknik dasar *passing* ada dua yaitu: passing atas dan bawah. Pada *passing* bawah, bola dipukul dengan menggunakan bagian dalam lengan bawah (pergelangan tangan). Pada passing atas, ketika bola berada di atas kepala diarahkan dengan menggunakan jari.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Berdasarkan urain pendapat di atas, passing atas merupakan cara menerima sebuah bola lambung yang berada di atas kepala dan diberikan kepada kawan dengan menggunakan jari-jemari. Pengambilan passing atas di lakukan ketika bola sedang lambat sehingga mudah untuk memberikan kepada kawan.

b) Tahap-tahap pelaksanaan *passing* atas

Dalam melakukan passing atas terdapat tahap-tahap untuk melakukan sebuah *passing* atas yang baik dan benar agar bola dapat di pukul oleh teman sehingga mendapatkan angka. *Passing* atas dapat digunaka untuk mengirimkan bola kepada kawan atau juga bisa di berikan langsung kepada lawan dengan gerakan tipuan.

Sukirno dan waluyo (2012:27) passing atas merupakan elemen yang penting dalam permainan bola voli. Penguasaan tehknik passing atas yang baik akan menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik. Terutama dalam melakukan umpan bagi semesher.

Ahmadi (2007:25) cara melakukan *passing* atas adalah jari-jari tangan tebuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuk bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setiingi hidung.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Ahmadi (2007:25-26) tahap-tahap *passing* atas di jelaskan sebagai berikut:

1. Persiapan

a) Bergerak ke arah datangnya bola, tepat di bawahnya
b) Siapkan posisi
c) Bahu sejajar sasaran
d) Kaki meregang santai
e) Bengkokkan sedikit lengan,kaki dan pinggul
f) Tahan tangan 6 atau 8 inci di depean pelipis
g) Tahan tangan di depan pelipis
h) Melihat melalui "jendela" yang dibentuk tangan
i) Ikuti bola ke sasaran

Gambar 1. Persiapan *Passing* Atas

2. Pelaksanaan

a) Terima bola pada bagian belakang bawah
b) Terima dengan dua persediaan teratas dari jari dan ibu jari
c) Luruskan lengan dan kaki kearah sasaran

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran

e) Arahkan bola sesuai ketinggian yang diiginkan

f) Arahkan bola ke garis pinggir atau ke tangan penyerang

Gambar 2. Pelaksanaan *Passing* Atas

3. Gerakan lanjutan

a) Luruskan tangan sepenuhnya

b) Arahkan bola kesasaran

c) Pinggul bergerak maju ke arah sasaran

d) Pindahka berat badan ke arah sasaran

e) Bergerak ke arah umpan

Gambar 3. Gerakan Lanjutan *Passing* Atas

c) Kesalahan dalam melakukan *passing* atas

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Dalam permainan bola voli pasti terdapat kesalahan-kesalahan dalam permainan bola voli, terutama pada saat ingin melakukan passing atas untuk memberikan bola kepada kawan.

Menurut Ahmadi (2007:28) kesalahan umum pemain dalam melakukan passing atas:

a. Kurang cepat menepatkan badan di bawah bola dan malas menekuk lutut dalam sikap persiapan pelaksanaan,
b. Membuka jari-jari terlalu lebar dan lurus sehingga tidak terbentuk suatu cekungan setengah lingkaran dari jari-jari dan telapak tangan
c. Siku terlalu keluar ke samping atau terlalu rapat kedalam sehingga bentuk cekung jari dan telapak tangan datar
d. Pergelangan tangan kurang lentur ke samping dalam sehingga cekungan jari dan telapak tangan kurang sempurna
e. Perkenaan bola waktu passing pada ujung jari sehingga kuku sering sobek
f. Lengan telah lurus ke atas sebelum perkenaan bola, sehingga tidak ada kekuatan untuk mendorong ke depan-atas
g. Kurang harmonisnya gerak beraturan antara jari,pergelangan tangan,lengan,badan,dan kaki
h. Penguasaan koordinasi gerakan yang sangat kurang akibat kurangnya latihan-latihan fisik
i. Pemain mudah jemu menjalankan latihan passing atas
j. Jari-jari rapat dan lemas terutama pada wanita
k. Perkenaan bola pada telapak tangan, bukan pada ujung-ujung jari, sehinggaterdengar bunyi “plak” dalam melakukan passing atas.

2. Hakikat Variasi Mengajar

a) Pengertian variasi mengajar

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Dalam proses suatu pembelajaran olaraga guru harus menguasai materi yang akan di sampaikan kepada siswa. Agar mengatasi kebosanan peserta didik, maka seorang guru harus membuat suatu variasi dalam pembelajaran, agar terciptanya suatu proses pembelajaran yang efektif.

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

Variasi mengajar menurut djamarah (2010:160) dalam proses belajar mengajar akan meliputi tiga aspek, yaitu variasi dalam gaya mengajar, variasi dalam menggunakan media dan bahan pengajaran, dan dalam interaksi antara guru dengan siswa.

Menurut Hasibuan (1986) (Kosim dkk, 2017) Menyebut bahwa menggunakan variasi diartikan sebagai perbuatan guru dalam konteks proses belajar mengajar yang bertujuan mengatasi kebosanan peserta didik, sehingga dalam proses belajarnya peserta didik senantiasa menunjukkan ketekunan, keantusiasan, serta berperan secara aktif.

Menurut Usman (2010:84) menyatakan bahwa variasi adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar-mengajar yang ditunjukkan untuk mengatasi kebosanan murid sehingga dalam situasi belajar-mengajar murid senantiasa menunjukkan ketekunan, antusiasme, serta penuh partisipasi. Untuk itu anda sebagai calon guru perlu melatih diri agar menguasai keterampilan tersebut.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Menurut Djamarah dan Aswan zain (2002:188) (Rinta Artikawati 2016) berpendapat bahwa bagi siswa, adanya variasi dalam mengajar dilihat sebagai sesuatu yang energik, antusias, bersemangat, dan semuanya memiliki relevansi dengan hasil belajar. Artinya, keterampilan guru dalam mengadakan variasi memiliki keterkaitan dengan prestasi belajar.

Dari penjelasan di atas dapat di pahami bahwa dalam variasi mengajar ini untuk membuat siswa lebih aktif dan suasana dalam pembelajaran lebih baik, menghilangkan rasa bosan dalam melakukana gerakan, sehingga dalam proses pembelajaran menjadi lebih disukai oleh para siswa.

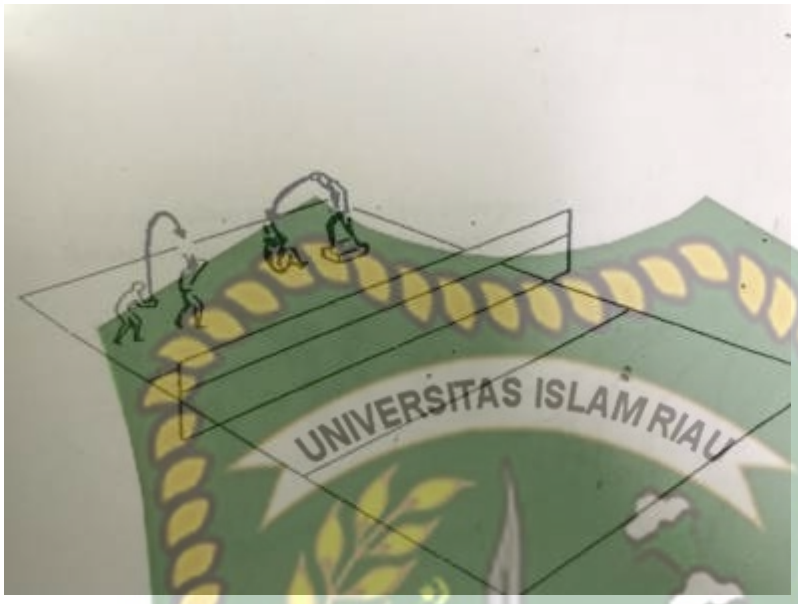
b) Bentuk-bentuk metode variasi pada passing atas

Menurut subroto dan yudiana (2010:75-77) ada beberapa bentuk variasi yang di lakukan pada *passing* atas.

1. latihan *passing* atas dari atas dari sikap berdiri dan duduk (untuk mengumpan)

- Lempar sendiri- tangkap bola dengan ketinggian di atas dahi (posisi tangan seperti keranjang) rentangkan tangan
- Bola di arahkan kedahi teman latihan yang berada di dalam posisi duduk bola dimainkan secara tegak lurus
- Passing atas dinyatakan berhasil apabila bola yang dilempark dapat ditangkap di atas dahi dengan posisi tangan dan jari-jari seperti keranjang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :



Gambar 4. Variasi *Passing* Atas

2. Latihan passing atas ke dinding tembok

- Latihan tinggi- tangkap bola di atas dahi kedalam posisi keranjang sambil melenting
- Be rlatih dengan menggunakan dinding
- Bermain dengan sasaran
- Mengumpan sambil duduk (teknik tangan dan jari juga kekuatan lengan)
- *Passing* atas dinyatakan berhasil apabila bola dapat ditangkap atau dipantulkan oleh jari-jari tangan melambung ke depan atas.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Gambar 5. Variasi *Passing* Atas

3. Latihan *passing* atas dengan berbagai variasi

- *Passing* atas dengan gerakan maju
- Bermain maksimal dengan latihan tambahan
- Mengumpan dengan dua tembok
- Bola dengan ketinggian maksimal
- Bermain maksimal : maksimal permainan dengan menyentuh dinding.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Gambar 6. Variasi *Passing* Atas

4. Latihan mengumpan dalam situasi yang berdea-beda (*passing* atas)

- Berputar di bawah bola
- Mengumpan dalam keadaan duduk
- Latihan mengumpan sendiri
- Memutar dan bermain bola tinggi
- Mengumpan secara tidak langsung-pantulkan bola masuk kedalam dan mengumpan dari atas

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Gambar 7. Variasi *Passing* Atas

B. Kerangka Pemikiran

Variasi mengajar dalam proses belajar mengajar akan meliputi tiga aspek, yaitu variasi dalam gaya mengajar, variasi dalam menggunakan media dan bahan pengajaran, dan dalam interaksi antara guru dengan siswa.

apabila ketiga kompoenen tersebut dikombinasikan dalam penggunaan atau secara integrasi, maka akan meningkatkan perhatian siswa, membangkitkan keinginaan dan kemauan belajar.keterampilan dalam mengadakan variasi ini lebih luas penggunaanya dari pada keterampilan lainya.

Passing dalam permainan bola voli adalah usaha seorang pemain bola voli dengan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainakn kepada teman seregunya. *passing* terbagi dua yaitu passing atas dan passing bawah, dilakukan dengan dua tangan agar bola yang di berikan kepada teman lebih terukur/tepat.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Passing atas biasa di gunakan sebagai pengumpan untuk melakukan sebuah serangan kepada lawan, passing atas biasanya dilakukan oleh tosser(pengumpan) kepada smasher. Seorang tosser dituntut untuk bisa memberikan umpan terbaik dari setiap posisi, karena dalam permainan voli ini tujuan akhirnya adalah pukulan tajam, bila seorang pemain mendapatkan umpan yang baik maka peluang yang diciptakan akan baik.

Maka dari kesimpulan di atas dapat di jelaskan metode variasi latihan pada passing atas sangat berpengaruh terhadap siswa untuk mendapatkan ilmu yang lebih banyak dan membuat pelajaran tersebut cenderung tidak membosankan, maka dari itu guru harus membuat variasi yang meraik agar siswa tidak jenuh melakukan pada bola voli terutama pada *passing* atas.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan asumsi atau kerangka pemikiran yang telah di jelaskan di atas,maka penulis menetapkan pertanyaan penelitian sebagai berikut "Apakah dengan metode latihan variasi mengajar dapat Meningkatkan Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli Siswa Kelas VII I SMP N 3 Pekanbaru" ?

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, dikatakan penelitian dalam kelas karena penelitian ini dilakukan dalam kelas dengan tujuan untuk meningkatkan pembelajaran, yaitu meningkatkan keterampilan passing atas dengan variasi mengajar. Dalam penelitian ini, siswa dinilai dengan gerakan yang benar dan mampu melakukan passing sesuai yang di jelaskan.

Arikunto (2006:91) penelitian tindakan kelas merupakansuatu pencermatan terhadp kegiatan yang sengaja dimunculkan, dan terjadi dalam sebuah kelas.

Selanjutnya di dalam buku Maksum (2012:88) PTK adalah proses penelitian bersiklus yang bertujuan untuk memperbaiki kualitas pembelajaran di kelas secara berkelanjutan.

Penelitian ini terdiri dari dua siklus, adapun setiap siklus dilakukan 2 kali pertemuan. Tiap siklus terdiri dari langkah-langkah, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Setelah hasil siklus 1 diperoleh dan telah di refleksi, selanjutmya dilakukan perbaikan untuk melanjutkan ke siklus berikutnya.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Gambar 8 Siklus pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

(Arikunto, 2016)

Langkah – langkah Penelitian :

Siklus I

a. **Perencanaan :**

1. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).
2. Menyiapkan sarana pendukung yang di perlukan saat pelaksaan pengajaran.
3. Menyiapkan lembar observasi terhadap pelaksanaan variasi mengajar yang dilakukan guru dan aktifitas yang dilakukan siswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

b. Pelaksanaan:

Pelaksanaan di sesuaikan dengan RPP yang telah di susun.

Pelaksanaan terdiri dari :

1). Kegiatan Awal

2). Kegiatan Inti

3). Kegiatan penutup

c. Observasi

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

1) Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* atas bola voli
2) Pelaksanaan variasi Mengajar

d. Refleksi

1). Melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat dilihat dari hasil data-data.

2). Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan variasi mengajar

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Siklus II

a. Perencanaan

1. Membuat rencana pelaksanaan pembelajarn (RPP) sesuai dengan silabus dengan menggunakan variasi mengajar.
2. Menyiapkan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan pengajaran
3. Menyiapkan lembar observasi terhadap pelaksanaan metode variasi yang dilakukan guru dan aktivitas yang dilakukan siswa.
4. Penyempurnaan metode variasi

b. Pelaksanaan :

Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan RPP yang telah di susun.

Pelaksanaan terdiri dari :

1. Kegiatan awal
2. Kegiatan inti
3. Kegiatan penutup

c. Observasi :

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

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

d. Refleksi :

Melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat di lihat dari hasil data- data.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi Peneltian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi, (Arikunto, 2006:130).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII 3 di SMP Negeri 3 Pekanbaru, yang berjumlah 39 orang siswa putra/putri. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1: PopulasiSiswaKelas VII I di SMP Negeri 3 Pekanbaru

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	VII 1	12 orang	25 orang	37 orang

(*Tata Usaha SMP Negeri 3 pekanbaru,2018*)

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yan diteliti, (Arikunto, 2006:131). Sehubungan dengn penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), maka seluruh populasi dijadikan sampel (total sampling). Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 39 orang.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam mengartikan istilah, dibawah ini dijelaskanbebrapa istilah sebagai berikut :

1. Metode variasi adalah variasi-variasi latihan yang dikreasikan dan diterapkan secara cerdik akan dapat menjaga terpeliharanya fisik maupun mental siswa, sehingga dengan demikian timbulnya kebosanan berlatih sejauh mungkin dapat dihindari..
2. *Passing* Atas adalah gerakan seorang pemain bola voli ketika menerima sebuah bola, passing atas dilakukan ketika bola berada di atas kepala kemudian lebih mengutamakan jari-jemari kedua tangan, penguasaan teknik passing atas yang baik akan menentukan keberhaslian regu untuk membantu serangan yg baik..

Metode variasi dapat meningkatkan keterampilan bermain siswa dengan melibatkan kombinasi dari kesadaran taktis dan penerapan keterampilan teknik dasar dalam bentuk yang sebenarnya.

D. Pengembangan Instrumen

Instrumen adalah suatu cara untuk memperoleh data dengan menggunakan metode, maka di dalam melaksanakan pekerjaan tes tersebut perlu adanya sebuah metode. Metode yang digunakan tersebut digunakan sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data. Sesuai dengan masalah penelitian yang telah dijelaskan, maka instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 2 : Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Teknik Dasar passing atas Permainan Bolavoli.

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

(Mohammad, 2014:52)

Keterangan :

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Kriteria penskoran:

1. Persiapan melakukan gerakan:

   Skor baik jika :

   a. Bergerak kearah datangnya bola kemudian tepat dibawahnya lalu siapkan posisi dan bahu sejajar dengan sasaran.
   b. Kaki meregang santai kemudian bengkokkan sedikit kaki dan pinggul lalu tahan tangan 6 sampai 8 inci didepan pelipis.
   c. Tahan tangan di depan pelipis lalu melihat dari jendela yang di bentuk tangan kemudian ikuti bola kesasaran.

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

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

2. Pelaksanaan melakukan gerakan:

   Skor baik jika :

   a. Terima bola pada bagian belakang bawah kemudian terima dengan dua persendian teratas dari jari dan ibu jari.
   b. Luruskan lengan dan kaki kearah sasaran dan pindahkan berat badan kearah sasaran.
   c. Arahkan bola sesuai ketinggian yang diinginkan.

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

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3. Sikap akhir melakukan gerakan:

Skor baik jika :

a. Luruskan tangan sepenuhnya

b. Arahkan bola kesasaran

c. Bergerak kea rah umpan.

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

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

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode yang diapakai adalah metode tes dan pengukuran. Disamping itu dilengkapai dengan kepustakaan dan observasi.

1. Observasi

   Observasi dilakukan sebelum pembuatan proposal. Observasi dilakukan dengan pengamatan langsung di dalam pembelajaran.

2. Perpustakaan

   Buku dan teori yang mendukung tentang penelitian ini yang berkaitan dengan *passing* atas dalam permainan bolavoli dan variasi mengajar.

3. Tes dan pengukuran

   Teknik tes digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* atas bola voli dalam bentuk unjuk kerja.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

F. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui kemampuan passing atas siswa dalam permainan bolavoli, penulis menggunakan tes unjuk kerja. Setelah didapatkan skor masing-masing siswa, selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

$$Nilai = \frac{jumlah\ skor\ yang\ diperoleh}{jumlah\ skor\ maksimal} \times 10$$

Selanjutnya interval dan kategori penilaian terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas berdasarkan pada:

Tabel 3: Interval Kategori Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Atas

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

(Kusumawati, 2015)

Sesuai Kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran penjasorkes di SMP Negeri 3 Pekanbaru, maka apabila tuntas mendapatkan nilai >80. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa dan siswi mampu melakukan teknik passing atas dengan nilai minimal 80 maka kelas itu dinyatakan tuntas.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Adapun rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

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

Keterangan:

P=Angka persentase ketuntasan minimal

F=Frekuensi siswa yang tuntas

N=Jumlah siswa

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB IV

HASIL PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Berdasarkan hasil penelitian mengenai upaya meningkatkan keterampilan Passing atas melalui variasi mengajar dalam permainan bola voli kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru sehingga di peroleh hasil pengolahan data yaitu sebagai berikut :

1. Data Hasil Unjuk Kerja *Passing Atas* Bola Voli Pada Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru Pada Siklus 1

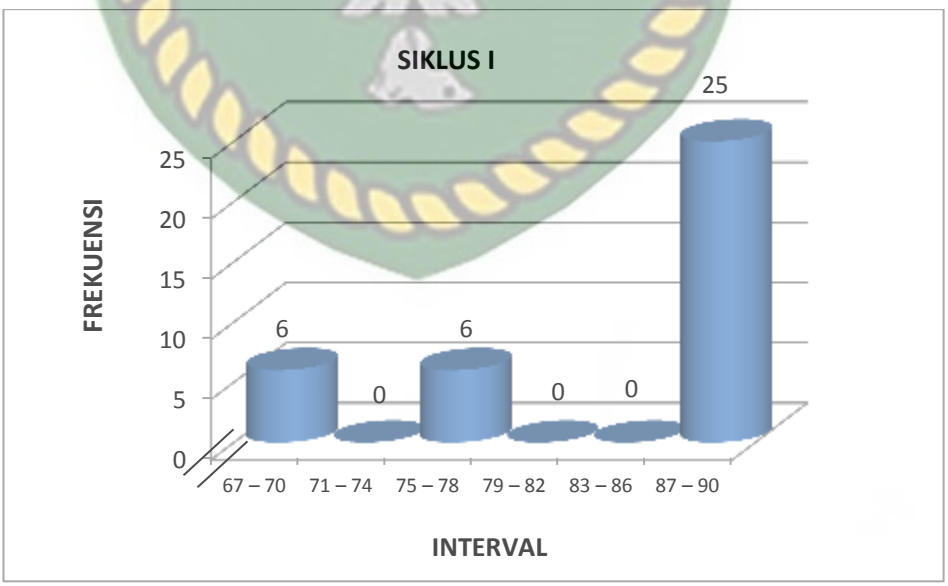
Setelah dilakukan pembelajaran *Passing* atas bola voli pada kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru pada siklus I, diperoleh data yakni: nilai tertinggi pelaksanaan siklus I adalah 89, sedangkan nilai terendah pada siklus I adalah 67. Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus I di dapat kelas interval antara 67-70 dengan 6 siswa atau dengan nilai persentase 16%, nilai interval antara 71-74 dengan 0 siswa atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval antara 75-78 dengan 6 siswa atau dengan nilai persentase 16%, nilai interval 79-82 dengan 0 siswa atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 83-86 dengan 0 siswa atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 87-90 dengan 25 siswa atau dengan nilai persentase 68%. Untuk lebih jelas dapat di lihat tabel distribusi frekuensi tes penilaian siklus I sebagai berikut.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 4. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus I Passing Atas Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

NO	Interval	Frekuensi	Persentase
1	67 – 70	6	16 %
2	71 – 74	0	0 %
3	75 – 78	6	16 %
4	79 – 82	0	0 %
5	83 – 86	0	0 %
6	87 – 90	25	68 %
	Jumlah	37	100 %

Selanjutnya dari hasil distribusi data hasil unjuk kerja siklus I kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru di atas, dapat di klasifikasikan pada diagram di bawah ini.



Grafik 1. Histogram Siklus I Passing Atas Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Berdasarkan hasil yang di peroleh pada siklus I, perlu adanya perbaikan terhadap penerapan bentuk variasi mengajar pada *Passing* atas bola voli di siklus II.

2. Data Hasil Tes *Passing* atas bola voli Pada Kelas VII 1 SMP N 3 Pekanbaru Pada Siklus II

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

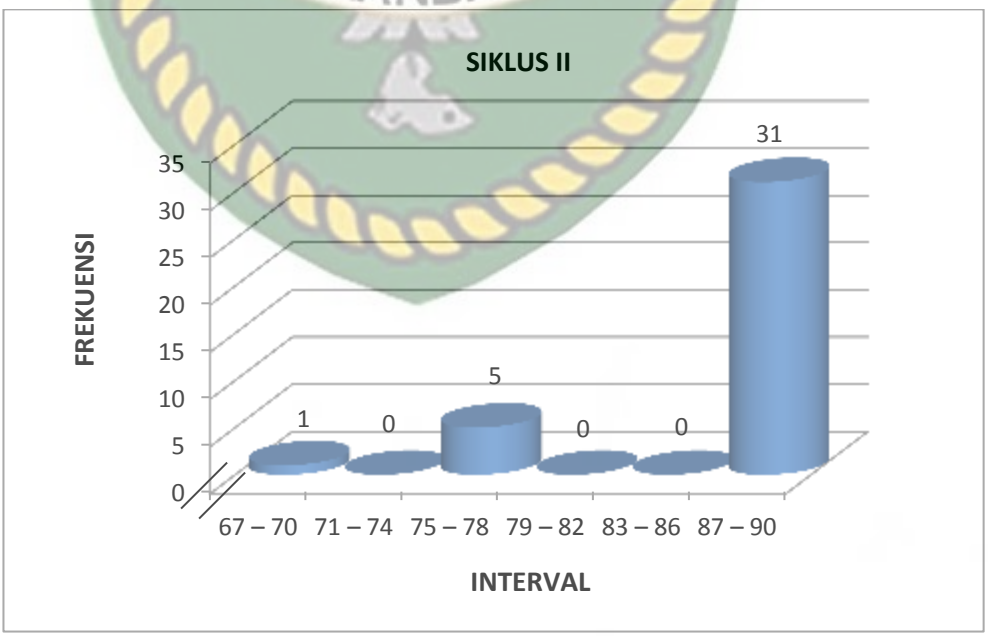
Dimana nilai interval siswa pelaksanaan siklus II, antara 67-70 dengan nilai frekuensi 1 atau dengan nilai persentase 3%, nilai interval antara71-74 dengan nilai frekuensi 0 atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 75-78 dengan nilai frekuensi 5 atau dengan nilai persentase 13%, nilai interval 79-82 dengan nilai frekuensi 0 atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 83-86 dengan nilai frekuensi 0 atau dengan nilai persentase 0%, nilai interval 87-90 dengan nilai frekuensi 31 atau dengan nilai persentase 84%. Untuk lebih jelas dapat di lihat tabel distribusi frekuensi tes penilaian siklus II sebagai berikut.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 5. Hasil Penelitian Data Frekuensi Siklus II Passing Atas Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

NO	Interval	Frekuensi	Persentase
1	67 – 70	1	3 %
2	71 – 74	0	0 %
3	75 – 78	5	13 %
4	79 – 82	0	0 %
5	83 – 86	0	0 %
6	87 – 90	31	84 %
Jumlah		37	100 %

Selanjutnya dari hasil distribusi data tes siklus II kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru di atas, dapat di klasifikasikan pada diagram di bawah ini.



Grafik 2. Histogram Siklus II Kelas Passing Atas Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

B. Analisis Data

1. Analisis Gerakan *Passing* atas bola voli Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru Pada Siklus I

Berdasarkan tes penilaian Passing atas melalui metode variasi mengajar kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru pada siklus I dari 37 siswa, maka nilai siswa yang telah mencapai KKM adalah sebanyak 25 orang dengan persentase 67%, sedangkan 12 siswa belum mencapai nilai KKM dengan persentase 23%.

Pada sikap awalan, indikator penilaian yaitu siapkan posisi, bahu sejajar sasaran, kaki merenggang santai, tahan tangan di depan pelipis, ikuti bola kesasaran. Jumlah skor keseluruhan dari sikap awalan adalah 111, dimana skor ini seluruh siswa mendapat nilai 3 yaitu nilai tertinggi pada indikator penilaian.

Pada sikap pelaksanaan, indikator penilaian yaitu Terima bola demham dia persendian teratas dari jari dan ibu jari, luruskan lengan dan kaki kearah sasaran, arahkan bola sesuai ketinggian yang di inginkan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap pelaksanaan adalah 89, dimana skor 3 didapat oleh 15 siswa, skor 2 didapat oleh 22 siswa.

Pada sikap akhir, indikator penilaian yaitu Luruskan tangan sepenuhnya, arahkan bola kesasaran, pimggul bergerak maju kearah sasaran, pindahkan berat badan kesasaran, bergerak karah umpan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap akhir adalah 78, dimana skor 3 didapat oleh 10 siswa, skor 2 didapat oleh 21 siswa, dan skor 1 didapat oleh 6 siswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Banyaknya siswa yang belum mencapai nilai KKM pada pembelajaran Passing atas bola voli melalui metode variasi mengajar kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru. Hal ini disebabkan karena siswa kurang memahami teknik dasar *Passing* atas, koordinasi gerakan sehingga siswa tidak mampu melakukan tahapan-tahapan *Passing* atas dengan benar, maka dari itu perlunya perbaikan terhadap penerapan bentuk variasi mengajar pada *Passing* atas bola voli di siklus II.

2. Analisis Gerakan *Passing* Atas Bola Voli Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru Pada Siklus II

Berdasarkan tes penilaian *Passing* atas melalui metode variasi mengajar kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru pada siklus II dari 37 siswa, maka nilai siswa yang telah mencapai KKM adalah sebanyak 31 orang dengan persentase 83%, sedangkan 6 siswa belum mencapai nilai KKM dengan persentase 16%.

Pada sikap awalan, indikator penilaian yaitu siapkan posisi, bahu sejajar sasaran, kaki merenggang santai, tahan tangan di depan pelipis, ikuti bola kesasaran. Jumlah skor keseluruhan dari sikap awalan adalah 111, dimana skor ini seluruh siswa mendapat nilai 3 yaitu nilai tertinggi pada indikator penilaian.

Pada sikap pelaksanaan, indikator penilaian yaitu Terima bola demham dia persendian teratas dari jari dan ibu jari, luruskan lengan dan kaki kearah sasaran, arahkan bola sesuai ketinggian yang di inginkan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap pelaksanaan adalah 89, dimana skor 3 didapat oleh 15 siswa, skor 2 didapat oleh 22 siswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Pada sikap akhir, indikator penilaian yaitu Luruskan tangan sepenuhnya, arahkan bola kesasaran, pimggul bergerak maju kearah sasaran, pindahkan berat badan kesasaran, bergerak karah umpan. Jumlah skor keseluruhan dari sikap akhir adalah 89, dimana skor 3 didapat oleh 16 siswa, skor 2 didapat oleh 20 siswa, dan skor 1 didapat oleh 1 siswa.

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

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Passing Atas Siswa Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru

Interval	Jumlah	Persentase	Kategori
Siklus I	25	67%	Tuntas
	12	32%	Tidak Tuntas
Siklus II	31	83%	Tuntas
	6	16%	Tidak Tuntas

C. Pembahasan

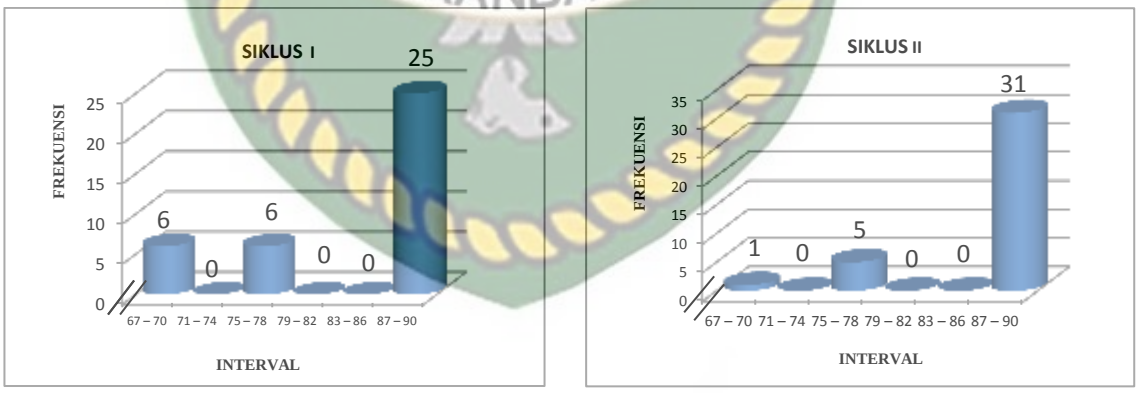
Penerapan metode variasi mengajar dalam proses pendidikan jasmani, siswa mendapatkan pembelajaran yang lebih bervariasi dari pelajaran bola voli tersebut dengan melakukan gerakan *Passing* atas secara bertahap siswa pun mampu dan dapat melakukan koordinasi gerakan yang baik sehingga tercapai suatu indikator penilaian yang telah di tentukan.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Dari hasil penelitian data pada siklus I terdapat ketuntasan klasikal siswa, saat siklus I siswa yang telah mencapai nilai KKM sebanyak 25 siswa dengan persentase 67%, sedangkan siswa yang belum mencapai nilai KKM sebanyak 12 siswa dengan persentase 32%. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa dan siswi mampu melakukan teknik *passing* atas dengan nilai minimal 80 maka kelas tersebut dinyatakan tuntas, untuk itu perlu dilakukan penelitian kembali pada siklus II.

Pada hasil penelitian siklus II dimana siswa yang telah mencapai nilai KKM sebanyak 31 siswa dengan persentase 83%, sedangkan siswa yang belum mencapai nilai KKM sebanyak 6 siswa dengan persentase 16%.

Berdasarkan hasil penelitian siklus I dan II, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut ini.



Grafik 3. Perbandingan Histogram Siklus I dan Siklus II Kelas VII 1 SMPN 3 Pekanbaru.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Kelemahan yang terdapat pada penerapan metode variasi pada siklus I setelah di perbaiki pada siklus II ternyata dapat meningkatkan hasil belajar siswa, melalui perbaikan yang dilakukan pada proses penerapan variasi pada siklus II, hasil belajar siswa telah mencapai ketuntasan.

Berdasarkan uraian diatas, ini menunjukkan bahwa dengan penerapan metode variasi mengajar dapat meningkatakan keterampilan *Passing* atas pada olahraga bola voli kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pertanyaan penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Terdapat Peningkatan Keterampilan *Passing* atas Melalui Metode Variasi mengajar Dalam Olahraga Bola Voli Kelas VII 1 di SMPN 3 Pekanbaru". Hal ini terlihat pada siklus I terdapat 25 siswa yang mencapai nilai KKM (67%), dan pelaksanaan penelitian siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah yang di dapat yaitu 31 siswa yang mencapai nilai KKM (83%).

B. Saran

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

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

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

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama

Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatn Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, Suharsimi. (2016). *Penelitian Tindakan Kelas.* Jakarta : Bumi Aksara.

Artikawati, R. (2016). *Pengaruh Keterampilan Mengadakan Variasi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas IV SD. Basic Education*, 5(11), 1-074.

Asril, Zainal (2012). *Micro Teaching Disertai Dengan Pedomaan Pengalaman Lapangan*. Jakarta : Rajawali Press.

Barbara L, Viera. (2004). *Vollyball*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Dieter, Beutelstahl. (2011). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya.

Doyan , A & Harjono, A. (2017). Analisa Variasi Pembelajaran Pada Mahasiswa Program Magister Pendidikan IPA Universitas Mataram. Jurnal Penelitian Pendidikan.

Harsono. (2015). *Periodisasi Program Latihan*. Bandung: Rosdakarya.

Hidayat, Winoto (2017). *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta Timur: Anugrah.

Imawati. (2014). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli Dengan Bermain Baring Duduk Pada Siswa Kelas V SD Negeri 04 Nanga Pinoh.* Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. ISSN:2252-8148.

Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes.* Bandung: Alfabeta.

Lutan, Rusli. (2003). *Pelaksanaan dan Hasil Program Pelatihan Olahraga*. Bandung: Komite Olahraga Nasional Indonesia Pusat.

Mahardika, Arta. (2015). *Pengaruh Variasi Pelatihan Passing Terhadap Kemampuan Melakukan Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Pada Siswa SMALB SLB B Negeri Sidakarya Tahun Ajaran 2014/2015.* (Jurnal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha).

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Nuh, Mohammad. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Kemdikbud

Subroto, Toto. (2010). *Modul Permainan Bola Voli*. Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia

Sudijono, Anas. 2011. *Pengantar Statistik Pendidikan.* Jakarta: Rajawali Perss

Sukirno. (2012). *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang: Unsri Press.

Sunardi, Jaka. (2009). *Olahraga Kegemaranku Bola Voli*. Klaten : PT. Intan Pariwara.

Syaiful, Aswan 2010. *Strategi Belajar Mengajar.* Jakarta: Rineka Cipta

Usman, Moh. Uzer . (2010*). Menjadi Guru Profesional.* Bandung: Remaja Rosda Karya

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :