

**UPAYA MEMPERBAIKI PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH MELALUI  
MODIFIKASI LAPANGAN PADA PERMAINAN BOLA VOLI SISWA  
KELAS VII SMP NEGERI 1 SUNGAI ROTAN KABUPATEN MUARA ENIM**

**Skripsi Oleh :**

**IBNU HAJAR**

**Nomor Induk Mahasiswa : 06097206006**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA PALEMBANG  
TAHUN 2012**

S.  
796.325.07  
164  
4  
2012.

**UPAYA MEMPERBAIKI PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH MELALUI  
MODIFIKASI LAPANGAN PADA PERMAINAN BOLA VOLI SISWA  
KELAS VII SMP NEGERI 1 SUNGAI ROTAN KABUPATEN MUARA ENIM**

**Skripsi Oleh :**

**IBNU HAJAR**

**Nomor Induk Mahasiswa : 06097206006**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA PALEMBANG  
TAHUN 2012**

**UPAYA MEMPERBAIKI PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH MELALUI  
MODIFIKASI LAPANGAN PADA PERMAINAN BOLA VOLI SISWA  
KELAS VII SMP NEGERI 1 SUNGAI ROTAN KABUPATEN MUARA ENIM**

**Skripsi Oleh :**

**IBNU HAJAR**

**Nomor Induk Mahasiswa : 06097206006**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan**

**Disetujui**

**Sebagai Skripsi Program Strata 1.**

**Pembimbing I**



**Drs. GIARTAMA, M.Pd  
NIP.195707021985031001**

**Pembimbing II**



**Drs. WALUYO, M.Pd  
NIP.195601241984031001**

**Disahkan  
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang**



**Dr. Sakirno  
NIP.195508101983031005**

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu

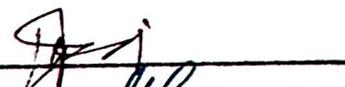
Tanggal : 09 Juni 2012

Tim Penguji :

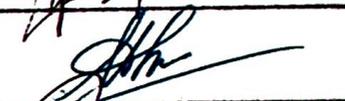
1. Ketua : Drs. Giartama, M.Pd



2. Anggota : Drs. Waluyo, M.Pd



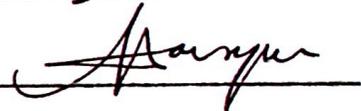
3. Anggota : Drs. Meirizal Usra, M.Kes



4. Anggota : Dra. Hartati, M.Kes



5. Anggota : Dra. Marsiyem, M.Kes



Palembang, 9-7-2012

Mengetahui

Ketua Program Studi Penjaskes



Drs. WALUYO, M.Pd

NIP. 195601241984031001

*Motto:*

*Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah SWT) dengan sabar dan sholat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.*

*(Q.S Al Baqarah : 153)*

*Kupersembahkan kepada:*

- *Istriku tercinta yang selalu berjuang dan berdoa demi keberhasilanku*
- *Anak-anakku tersayang yang selalu menjadi motivasiku*
- *Rekan kerja dan sahabatku : Pak Muhtarimin, S.Pd, Alex Hartono, Kuteni dan lain-lain yang tidak disebut namanya, terima kasih atas bantuan dan doanya.*
- *Almamaterku*

## UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih pada Bapak Drs. Giartama, M.Pd dan Drs. Waluyo, M.Pd sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

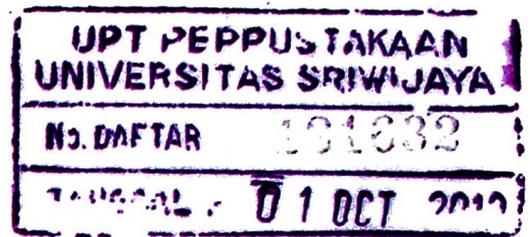
Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof.Drs.Tatang Suheri M.A.Phd sebagai dekan FKIP Unsri, kepada Drs. Waluyo, M.Pd sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Matematika yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ashadi, S.Pd.MM selaku kepala SMP Negeri 1 Sungai Rotan, Alex Hartono dan Yulita selaku pengamat, serta teman-teman yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan di SMP.

Palembang, Juni 2012

Penulis,



## DAFTAR ISI

|   |           |
|---|-----------|
| Halaman Judul.....                                      | i         |
| Halaman Persetujuan .....                               | ii        |
| Halaman Pengesahan .....                                | iii       |
| Motto dan Persembahan.....                              | iv        |
| Ucapan terima kasih .....                               | v         |
| Daftar Isi .....  | vi        |
| Daftar Tabel.....                                       | x         |
| Daftar Lampiran.....                                    | xi        |
| Abstrak.....  | xi        |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                          | <b>1</b>  |
| 1.1 Latar Belakang .....                                | 1         |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....                          | 2         |
| 1.3 Rumusan Masalah .....                               | 2         |
| 1.4 Tujuan Penelitian .....                             | 2         |
| 1.5 Manfaat Penelitian .....                            | 2         |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                    | <b>4</b>  |
| 2.1 Permainan Bola Voli .....                           | 4         |
| 2.1.1 Pengertian Permainan Bola Voli .....              | 4         |
| 2.1.2 Macam-Macam Teknik Dasar Bermain Bola Voli .....  | 5         |
| 2.1.3 Pentingnya Menguasai Teknik Dasar Bola Voli ..... | 6         |
| 2.2 Servis Bola Voli .....                              | 8         |
| 2.3 Modifikasi .....                                    | 12        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                  | <b>15</b> |
| 3.1 Prosedur Penelitian .....                           | 15        |
| 3.1.1 Jenis Penelitian .....                            | 15        |
| 3.1.2 Rancangan Penelitian .....                        | 15        |

|   |           |
|---|-----------|
| 3.2 Kegiatan Siklus I .....   | 16        |
| 3.2.1 Tahap Perencanaan .....   | 16        |
| 3.2.2 Tahap Pelaksanaan Tindakan .....  | 16        |
| 3.2.3 Pengamatan .....  | 17        |
| 3.2.4 Tahap Refleksi .....  | 17        |
| 3.3 Kegiatan Siklus II .....  | 18        |
| 3.3.1 Tahap Perencanaan .....   | 18        |
| 3.3.2 Tahap Pelaksanaan Tindakan .....  | 18        |
| 3.3.3 Pengamatan .....  | 19        |
| 3.3.4 Tahapan Refleksi .....  | 19        |
| 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian .....   | 20        |
| 3.5 Subjek Penelitian .....   | 20        |
| 3.6 Instrumen Penelitian .....  | 20        |
| 3.7 Teknik Pengumpulan Data .....   | 20        |
| 3.8 Teknik Analisa Data .....   | 20        |
| 3.9 Sistem Evaluasi Hasil Pembelajaran .....  | 21        |
| 3.10 Teknik Penilaian .....   | 21        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>   | <b>24</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian .....  | 24        |
| 4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....   | 24        |
| 4.1.2 Data Awal Servis Bawah Bola Voli .....  | 24        |
| 4.1.3 Deskripsi Data Siklus I .....   | 25        |
| 4.1.3.1 Perencanaan .....   | 25        |
| 4.1.3.2 Tindakan .....  | 25        |
| 4.1.3.3 Observasi .....   | 25        |
| 4.1.3.4 Kebenaran gerak siswa melakukan teknik dasar servis bawah bola voli<br>memainkan satu bola dengan satu tangan digenggam selama proses<br>pembelajaran dengan menggunakan 3 (tiga) indikator ..... | 26        |

|   |    |
|---|----|
| 4.1.3.5 Refleksi Siklus I .....   | 27 |
| 4.1 4 Deskripsi Data Siklus II .....  | 28 |
| 4.1.4.1 Perencanaan .....   | 28 |
| 4.1.4.2 Tindakan .....  | 29 |
| 4.1.4.3 Kebenaran gerak siswa melakukan teknik dasar servis bawah bola voli ..... | 30 |
| 4.1.4.4 Refleksi Siklus II.....   | 30 |
| 4.2 Pembahasan .....  | 31 |
| <br>  |    |
| BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....  | 34 |
| 5.1 Simpulan .....  | 34 |
| 5.2 Saran-saran .....   | 35 |
| Daftar Pustaka .....  | 36 |
| LAMPIRAN.....   | 38 |

## DAFTAR TABEL

|         |   |    |
|---------|---|----|
| Tabel 1 | Kriteria Penilaian .....                                    | 21 |
| Tabel 2 | Distribusi Frekuensi Data Awal Servis Bawah Bola Voli ..... | 24 |
| Tabel 3 | Distribusi Frekuensi Kebenaran Gerak Siswa Siklus I.....    | 26 |
| Tabel 4 | Distribusi Frekuensi Kebenaran Gerak Siswa Siklus II .....  | 30 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| Lampiran 1 Usul Judul Penelitian .....                           | 38 |
| Lampiran 2 Surat Keputusan Penunjukkan Pembimbing Skripsi .....  | 39 |
| Lampiran 3 Izin Penelitian dari Dekan FKIP Unsri .....           | 40 |
| Lampiran 4 Izin Penelitian dari Diknas Kabupaten Muara Enim..... | 41 |
| Lampiran 5 Surat Keterangan Hasil Penelitian .....               |    |
| Lampiran 6 Rencana Perbaikan Pembelajaran Siklus I .....         | 42 |
| Lampiran 7 Rencana Perbaikan Pembelajaran Siklus II .....        | 47 |
| Lampiran 8 Daftar Nilai Kebenaran Gerak .....                    | 52 |
| Lampiran 9 Kartu Bimbingan Skripsi .....                         | 55 |
| Lampiran 10 Foto Penelitian .....                                | 59 |

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah dengan modifikasi jarak lapangan dapat memperbaiki pembelajaran servis bawah pada permainan bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan Kab. Muara Enim. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan yang berjumlah 160 siswa, yang terdiri dari empat kelas, dimana tiap kelas berjumlah 40 orang siswa. Sebagai subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII.1 SMP Negeri 1 Sungai Rotan yang terdiri dari 18 orang siswa putra dan 22 orang siswa putri.

Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau disebut dengan Action Research. Dimana penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa siklus dengan harapan dapat memperbaiki teknik servis bawah melalui modifikasi lapangan permainan bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan Kabupaten Muara Enim.

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh simpulan sebagai berikut : Ada perubahan peningkatan kemampuan gerakan servis bawah bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan. Dari data awal yang semula pada kriteria sedang 20 siswa (50)%, kurang 14 (35)%, dan 6 siswa (15)% masuk kategori kurang sekali dan pada siklus II diperoleh hasil peningkatan gerakan teknik servis bawah yaitu pada kriteria baik 13 siswa (32,5%), sedang 26 siswa (65%) dan kurang hanya 7 siswa (25%). Adanya kenaikan yang cukup signifikan persentase ketercapaian standar penilaian dari kategori sedang (B) ke atas yang semula 50% pada tes awal menjadi 82,5% pada saat penilaian setelah akhir siklus II.

Dari hasil penelitian ini disarankan agar modifikasi lapangan dalam pembelajaran permainan bola voli sangat perlu dilakukan untuk meningkatkan motivasi dan kemampuan anak terutama pada servis bawah permainan bola voli.

Keyword : modifikasi, permainan bola voli, servis bawah

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya meningkatkan mutu sumber daya manusia Indonesia, hasil yang diharapkan itu akan dapat dicapai dalam waktu yang cukup lama. Oleh karena itu, jasmani dan olah raga harus terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan. Hal ini tentu diperlukan suatu tindakan yang mendukung terciptanya pembelajaran yang kondusif.

Menurut pengamatan peneliti terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan Kabupaten Muara Enim dalam tiap kelas terdapat 20 orang siswa atau 50% siswa yang servisnya belum melampaui net. Hal ini disebabkan oleh faktor rendahnya kekuatan dan kecepatan ayunan tangan ketika servis dan teknik servis yang belum dikuasai. Oleh karena itu maka anak didik perlu diajarkan teknik servis yang sesuai dengan perkembangannya, namun hal itu harus didukung oleh kreativitas dan inovasi guru pendidikan jasmani serta unsur keterlibatan peserta didik atau para siswa dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu perlu dirancang suatu model pembelajaran permainan bola voli dengan model modifikasi lapangan.

Modifikasi lapangan bola voli dilakukan dengan cara mengubah jarak servis secara bertahap agar siswa aktif bergerak, dapat diikuti dengan rasa senang, serta mengindahkan nilai-nilai seperti kerjasama tim, kejujuran dan sportivitas tetapi tetap konsisten pada hakekat permainan bola voli sehingga diharapkan melalui model modifikasi lapangan permainan bola voli dapat memperbaiki proses pembelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai sekolah.

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “ Upaya Memperbaiki Pembelajaran Servis Bawah Melalui Modifikasi Jarak Lapangan Pada Permainan Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan

Kabupaten Muara Enim”, karena hal ini menurut penulis sangat penting untuk dicari solusinya.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang, masalah yang muncul adalah sebagai berikut :

- a. Siswa kelas VII SMPN 1 Sungai Rotan pada servis bawah masih banyak yang belum melampaui net.
- b. Siswa kesulitan melakukan servis bawah.
- c. Pembelajaran servis bawah pada permainan bola voli siswa masih rendah.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, maka dirumuskan permasalahan sebagai berikut : Pembelajaran servis bawah dapat diperbaiki melalui modifikasi jarak lapangan permainan pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan Kab. Muara Enim.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

Ingin memperbaiki pembelajaran servis bawah pada permainan bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 1 Sungai Rotan Kab. Muara Enim.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat,

1. Bagi Siswa :
  - a. Dapat memperbaiki servis bawah dengan benar melalui modifikasi lapangan servis sebelum menggunakan lapangan dengan sebenarnya.
  - b. Dapat meningkatkan kemampuan siswa bermain bola voli sehingga prestasi yang diharapkan tercapai.

## 2. Bagi Guru

- c. Lebih memahami dengan melalui modifikasi lapangan dapat memperbaiki pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.
- d. Dapat menggunakan salah satu teknik servis bawah yang efektif.
- e. Menambah wawasan dan informasi dalam upaya memilih strategi pembelajaran yang tepat.

## 3. Bagi Sekolah

Sebagai masukan untuk dijadikan pedoman pada mata pelajaran Penjaskes di sekolah terutama SMP Negeri 1 Sungai Rotan tentang pentingnya metode pembelajaran yang tepat dan disesuaikan dengan kondisi perkembangan siswa, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad. 2005. *Guru dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Ateng (1992), <http://file.upi.edu/Direktori/F-FPOK/JUR.PEND.OLAHRAGA/19490361972111>
- Aussie (2008), <http://file.upi.edu/Direktori/F-FPOK/JUR.PEND.OLAHRAGA/19490361972111>
- Barbara L.V. & Bonnie J.F. 1996. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Alih Bahasa. Monti. Jakarta: Raja Grafindo.
- Beutelstahl, Dieter. 2003. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pioner Jaya.
- Dewan & Bidang Perwasitan PP.PBVSJ. 2001-2004. *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: PBVSJ
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Dinata, Marta. 2004. *Belajar Bola voli*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya
- H.J. Gino, Suwarni, Suropto, Maryanto dan Sutijan. 1998. *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta: UNS Press
- H.J.S. Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Hamalik, Umar. 2001. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- Lestari, Novia. 2007. *Melatih Bola Voli Remaja*. Yogyakarta: PT. Citra Aji Parama.
- Ma'mum, Amung & Subroto, Toto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bola voli Konsep & Metode Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas.
- Mukholid, Agus. 2004. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta : Yudhistira
- Pribadi, Benny A. 2003. *Petunjuk Tes Keterampilan Bola Voli Usia 13-15 Tahun*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani

- Pribadi, Benny A. 2009. *Model Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: PT. Dian Rakyat.
- Pribadi, Benny A. 2004. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Standart Kompetensi dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Erlangga
- Sarumpaet, Djazet, Zulfar dan Sadikun, Imam. 1992. *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Depdikbud
- Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono. 2000. *Teori dan Praktek Bola Voli Dasar*. Surakarta: UNS Press.
- Sudjana, Nana. 2005. *Dasar- Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sudjana. 2000. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Suharsimi. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Suhendro , Andi. 1999. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Suherman , Adang. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud
- Syarifuddin, Aip dan Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud