

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING ATAS MELALUI  
MODIFIKASI LAPANGAN DAN BOLA PLASTIK PADA  
PERMAINAN BOLA VOLI DI SEKOLAH DASAR NEGERI 185  
PALEMBANG**

**Skripsi oleh**

**NUNGCIK**

**Nomor Induk Mahasiswa 56071006108**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**PALEMBANG**

**2010**



S  
796.325.07  
Nun  
m  
2010

e, 101390

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING ATAS MELALUI  
MODIFIKASI LAPANGAN DAN BOLA PLASTIK PADA  
PERMAINAN BOLA VOLI DI SEKOLAH DASAR NEGERI 185  
PALEMBANG**

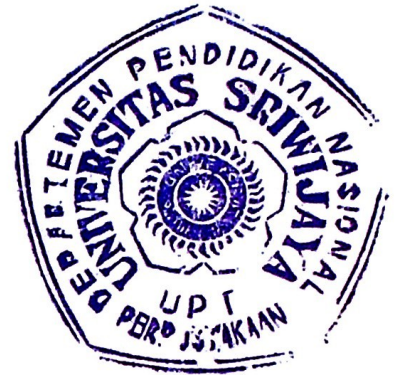
Skripsi oleh

**NUNGCIK**

**Nomor Induk Mahasiswa 56071006108**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
PALEMBANG  
2010**

**MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASING ATAS MELALUI MODIFIKASI  
LAPANGAN DAN BOLA DI DALAM KELAS PADA PERMAINAN BOLA  
VOLI DI SD NEGERI 185 PALEMBANG**

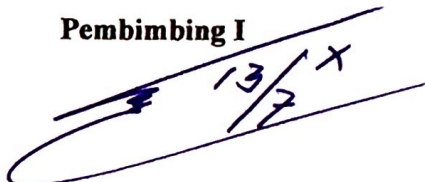
**Skripsi Oleh**

**Nungcik  
Nomor Induk Mahasiswa 56071006108  
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Disetujui untuk Skripsi setelah Ujian Akhir Program**

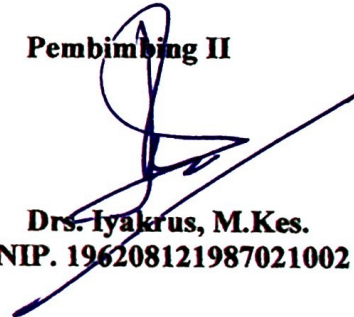
**Mengetahui**

**Pembimbing I**

Handwritten signature in blue ink, featuring a large loop and the date '13/7' with an 'X' mark.

**Drs. Djumadin Syafril, M.Pd.  
NIP. 195104211977101001**

**Pembimbing II**

Handwritten signature in blue ink, consisting of a large, stylized loop.

**Drs. Iyokus, M.Kes.  
NIP. 196208121987021002**

**Disahkan**

**Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang**



**Drs. H. Loman Bolam, M.Si.  
NIP. 195112061976021001**

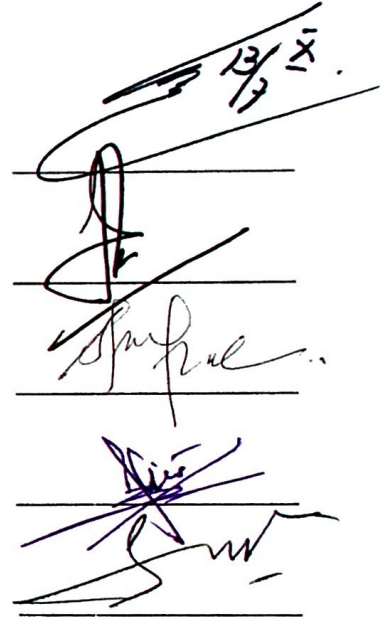
Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Selasa  
Tanggal : 15 Juni 2010

TIM PENGUJI

1. Ketua : Drs. Djumadin Syafril, M.Pd
2. Sekretaris : Drs. H. Iyakrus, M.Kes
3. Anggota : Drs. Afrizal, M.Kes
4. Anggota : Drs. Muhaimin
5. Anggota : Drs. SY Muherman, M.Pd

13/6/10



Palembang, 15 Juni 2010  
Disetujui oleh  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



Drs. Meirizal Usra, M.Kes  
NIP. 196105281987021001



### *Kupersembahkan kepada :*

- \*\* Ayah Muhammad Yuni dan Ibu Ima yang tercinta yang tak bosan memberikan nasehat, semangat dan do'a.*
- \*\* Istriku (Yuzana) dan kedua anakku yang tercinta (Nadi Ulfa dan Sabrina Dwi Putri) yang merupakan sumber spirit dan inspirasiku.*
- \*\* Kakak-kakakku serta Adik-adikku yang tercinta yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun spirituil.*
- \*\* Almamater yang kubanggakan.*

### *Motto*

- \*\* Orang tidak sabar adalah celaka, yang sering bersabar adalah bahagia karena akan dapat berkahnya.*
- \*\* Sesungguhnya sesudah kesulitan pasti akan ada kemudahan*
- \*\* Satu untuk Semua, Semua untuk Satu.*

## UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar serjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisa skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs. Djumadin Syafril, M.Pd dan Drs. Meirizal Usra, M.Kes sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof.Drs. Tatang Suhery, M.A., Ph.D., Dekan FKIP Unri, dan Drs. Meirizal Usra, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Drs. Afrizal, M.Kes, Drs. Muhaimin dan Drs. SY Muherman, M.Pd, anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.

Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Sayati selaku Kepala Sekolah, yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan, di Sekolah Dasar Negeri 185 Palembang

Palembang, 15 Juni 2010

NUNGCIK

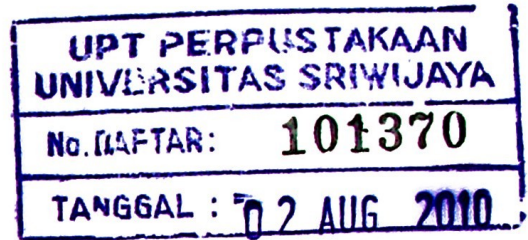


## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerakan pembelajaran atletik nomor bola voli passing atas melalui modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 185 Palembang. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 185 Palembang berjumlah 40 siswa. Penelitian berlangsung dari bulan Februari sampai bulan Maret 2010 di SD Negeri 185 Palembang. Tehnik pengumpulan data yang dipergunakan adalah observasi kelas, wawancara, catatan lapangan dan tes hasil belajar permainan.

( bola voli passing atas ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode modifikasi alat dapat meningkatkan hasil dan kemampuan gerakan tes data awal, 5 siswa baik atau 15%, 15 siswa sedang atau 37,5%, 20 siswa kurang atau 50%, siklus I, 9 siswa baik atau 22,5%, 24 siswa sedang atau 60%, 7 siswa kurang atau 17,5%, siklus II, 37 siswa baik atau 92,5%, 2 siswa 5% sedang, atau 5%, 1 siswa kurang atau 2,5% sehingga dapat meningkatkan hasil belajar atletik bola voli passing atas ) pada siswa kelas V SD Negeri 185 Palembang. Para siswa tidak takut dan lebih serius dalam kegiatan pembelajaran bola voli

***Kata Kunci : Bola Voli, Metode Modifikasi, Tindakan Kelas (Action Research),  
Bola voli passing atas***



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PEGESAHAN TIM PENGUJI.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	3
1.3. Tujuan Penelitian .....	3
1.4. Manfaat Penelitian .....	3
<b>BAB II    LANDASAN TEORI</b>	
2.1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ...	4
2.1.1. Pengertian Pembelajaran .....	4
2.1.2. Ciri-ciri Pembelajaran .....	4
2.1.3. Unsur-unsur Pembelajaran .....	4
2.1.4. Macam-macam Model Pembelajaran.....	5
2.1.5. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	5
2.1.6. Pengertian Pendidikan Olahraga .....	6
2.1.7. Pengertian Pendidikan Kesehatan .....	6
2.1.8. Penjasorkes di Sekolah.....	7
2.2. Belajar Keterampilan Gerak.....	8
2.2.1. Gerak Lokomotor .....	8
2.2.2. Gerak Non Lokomotor .....	8
2.2.3. Gerak Manipulatif .....	8



2.3. Permainan Bola Voli .....	9
2.3.1. Sejarah Permainan Bola Voli .....	9
2.4. Modifikasi Lapangan dan Bola Voli .....	10
2.5. Profil SD Negeri 185 Palembang.....	11
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1. Jenis Kegiatan .....	12
3.2. Rancangan Penelitian .....	12
3.3. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian .....	12
3.4. Subjek Penelitian.....	13
3.5. Instrumen Penelitian.....	13
3.6. Teknis Analisis Data .....	14
3.7. Pelaksanaan Tindakan.....	15
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1. Hasil Penelitian .....	17
4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	17
4.1.2. Data Awal.....	17
4.1.3. Data Hasil Penelitian.....	18
4.1.3.1. Siklus Pertama.....	18
4.1.3.2. Peningkatan Gerakan Passing Atas .....	19
4.1.3.3. Refleksi Siklus Pertama .....	20
4.1.3.4. Siklus Kedua .....	20
4.1.3.5. Peningkatan Gerakan Passing Atas .....	20
4.1.3.6. Refleksi Siklus Kedua .....	21
4.2. Pembahasan.....	22
4.2.1. Pembahasan Siklus Satu.....	22
4.2.1.1. Peningkatan Gerakan Passing Atas Bermain Berpasangan .....	22

4.2.2. Pembahasan Siklus Dua .....	23
4.2.2.1. Peningkatan Passing Atas .....	23

**BAB V   SIMPULAN DAN SARAN**

5.1. Simpulan .....	24
5.2. Saran.....	24

**DAFTAR PUSTAKA .....**

**LAMPIRAN.....**





## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Penyelenggaraan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga dilapangan oleh seorang guru penjasorkes diharapkan selalu berjalan dengan efektif dan menyenangkan dalam kondisi bagaimanapun, sebab pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga menurut sebagian siswa sebagai kompensasi atau imbalan dari pelajaran di dalam kelas yang serba terbatas baik gerak maupun pandangan mata yang dibatasi dinding. Oleh karena itu dalam kondisi yang kurang menguntungkan pun guru penjasorkes, harus mampu menciptakan suasana yang kondusif. Anak menerima pelajaran dapat dilakukan dengan bermain dan menyenangkan, mau bergerak, Pangrazi (1998:6)

Kondisi yang kurang menguntungkan yang dimaksud, misalnya karena kondisi alam atau cuaca hujan, maka seorang guru penjasorkes harus cepat dan segera mengatasinya, sehingga siswa tidak lantas bubar begitu saja, atau kondisi psikologis siswa yang jenuh dan kurang bersemangat atau kurang menyenangi materi olahraga tertentu yang disuguhkan, maka guru penjasorkes harus memberi materi tersebut dengan bervariasi. Kemudian lagi masalah keterbatasan atau minimnya peralatan olahraga yang dimiliki sekolah atau kondisi sekolah yang dibangun di atas permukaan rawa, yang semua kondisi dan masalah tersebut harus disikapi oleh seorang guru penjasorkes dengan arif dan bijak, sehingga tidak menimbulkan gejolak pada siswa.

Salah satu sikap dan cara yang tepat untuk mengatasi masalah-masalah tersebut adalah perlunya seorang guru penjasorkes memiliki kreativitas, sehingga ia dapat menyelesaikan segala permasalahan yang muncul dalam proses belajar mengajar. Diantara permasalahan yang sering ditemukan dalam proses belajar mengajar penjasorkes adalah keterbatasan atau minimnya peralatan olahraga di sekolah. Sangat sering guru penjasorkes dihadapkan dengan kondisi yang demikian dan al hasil banyak pula ditemukan guru penjasorkes bersikap masa

bodoh dengan ada atau tidak adanya peralatan, yang penting mengajar sesuai dengan peralatan yang ada.

Memang masalah peralatan merupakan masalah klasik yang selalu dan sering kita jumpai di sekolah-sekolah, seperti penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga materi bola voli dengan hanya menggunakan satu bola untuk 40 siswa. Kondisi seperti ini betul-betul membutuhkan kreativitas seorang guru penjasorkes agar materi dapat disampaikan dan siswa merasa puas.

Di SD Negeri 185 Palembang di samping memiliki masalah minimnya peralatan olahraga ada masalah yang lebih menyulitkan guru penjasorkes dalam menyelenggarakan proses belajar mengajar, yaitu masalah kondisi sekolah yang dibangun di atas permukaan rawa. Tidak ada satupun olahraga yang dapat dipraktekkan di lingkungan sekolah tersebut, kecuali dengan cara mengadakan praktek di dalam kelas, misalnya dengan memberi materi passing atas dengan menggunakan bola plastik pada permainan bola voli. Solusi lain dengan menggunakan lapangan atau tanah kosong milik masyarakat, hal ini yang dimaksud Lutan (2002:90) tentang sekolah terbuka, yaitu sekolah terbuka kepada masyarakat terdekat dan sebaliknya masyarakat terbuka dengan sekolah, dengan kata lain sarana dan prasarana sekolah dapat digunakan masyarakat dan sebaliknya sarana dan prasarana masyarakat dapat digunakan oleh sekolah. Namun yang menjadi permasalahan lapangan masyarakat jauh dari sekolah, sehingga perjalanan pulang pergi kelapangan memakan waktu.

Kondisi-kondisi yang diuraikan di atas menimbulkan gejala-gejala yang berdampak negatif pada siswa, diantaranya siswa menjadi malas bergerak, kemudian minat dan motivasi siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli menurun, siswa menjadi kurang berani melakukan passing atas, ragu-ragu melakukan servis dan pada akhirnya prestasi olahraga bola voli khususnya dan olahraga pada umumnya tentu akan menurun juga.

Berdasarkan kenyataan tersebut maka penulis bermaksud mengangkat permasalahan tersebut dan mendiskripsikan tulisan ini dengan judul,



**”Meningkatkan kemampuan passing atas melalui modifikasi lapangan dan bola di dalam kelas pada permainan bola voli di SD Negeri 185 Palembang.”**

### **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah dengan modifikasi lapangan dan bola plastik di dalam kelas dapat meningkatkan kemampuan passing atas pada permainan bola voli di SD Negeri 185 Palembang ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan adalah untuk mengetahui Apakah modifikasi lapangan dan bola plastik di dalam kelas dapat meningkatkan kemampuan passing atas pada permainan bola voli di SD Negeri 185 Palembang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat dipetik dari penelitian ini adalah.

- 1.4.1 Bagi diri sendiri atau peneliti
- 1.4.2 Bagi sekolah
- 1.4.3 Bagi dunia pendidikan

## DAFTAR PUSTAKA

- Bachtiar.2007.*Tehnik dasar permainan bola voli*.Jakarta
- Djamarah, Syaiful Bahri.2005. *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*.  
Jakarta : Rineka Cipta.
- Hamalik. 1994. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta : Bumi Aksara
- Hamalik.1995.*Teori pembelajaran*. Jakarta: Persada
- Kusumah, Wijaya. 2009. *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: P.T. Indeks
- Lutan, Rusli. 2005. *Supervisi Pendidikan Jasmani*. Jakarta : DEPDIKNAS
- Samsudi.2008.*Pembelajaran Pendidikan jasmani Olahrag dan kesehatan SD*.Jakarta:Prenada Media Grup
- Sardiman.1986. *Interaksi dan Motivasi Belajar*. Jakarta : Rajawali
- Shadily, Hasan. 1986. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta : PT Gramedia
- Sujarwo.1992. *Belajar keterampilan gerak anak*.Jakarta
- Suryosubroto, 2008. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta
- Tamat dan Mirman. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas  
Terbuka