

**UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH
BOLA VOLI MINI MELALUI METODE DEMONTRASI
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 235 PALEMBANG.**

Skripsi Oleh :

ARHAM

NIM. 56071006105

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

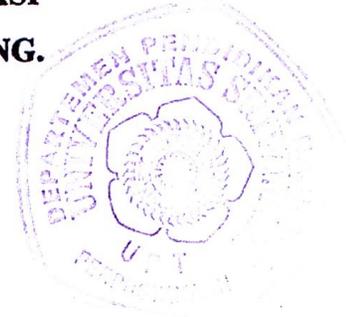
Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2011**

S
796.32507
Arh.
U
2012.

**UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH
BOLA VOLI MINI MELALUI METODE DEMONTRASI
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 235 PALEMBANG.**



Skripsi Oleh :

ARHAM

NIM. 56071006105

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2011**

**UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH
BOLA VOLI MINI MELALUI METODE DEMONSTRASI
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 235 PALEMBANG**

Skripsi Oleh

ARHAM

NIM. 56071006105

Program Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk Skripsi Setelah Ujian Akhir program strata I

Pembimbing I



Dra. Marsiyem, M.Kes
NIP. 195312121982032001

Pembimbing II



Dr. Sukirno
NIP. 195508101983031005

Disahkan
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang


Dr. Sukirno
NIP. 195508101983031005

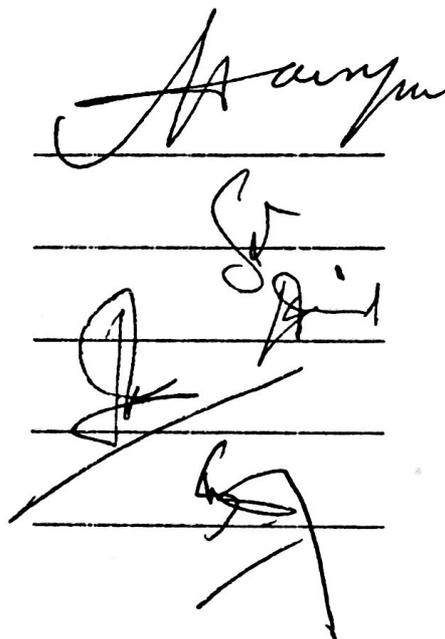
Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu

Tanggal : 22 Oktober 2011

Tim Penguji :

1. Ketua : Dra. Marsiyem, M. Kes
2. Sekretaris : Dr. Sukirno
3. Anggota : Drs. Waluyo, M.Pd
4. Anggota : Drs. Iyakrus, M.Kes
5. Anggota : Drs. Syafaruddin, M.Kes



Handwritten signatures of the five members of the examination team, each on a horizontal line. The signatures are: Dra. Marsiyem, M. Kes; Dr. Sukirno; Drs. Waluyo, M.Pd; Drs. Iyakrus, M.Kes; and Drs. Syafaruddin, M.Kes.

Palembang, Oktober 2011

Diketahui Oleh,
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Drs. Waluyo, M.Pd
NIP. 195601241984031001

Kupersembahkan skripsi ini kepada :

- *Ayahanda (Alm) dan ibunda yang senantiasa mendo'akanku.*
- *Istri dan anak-anakku yang selalu memberikan dorongan untuk mendapatkan gelar sarjana.*
- *Ibu Dra. Marsiyem, M.Kes. dan Bapak Dr.Sukirno yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.*
- *Rekan-rekan guru SD Negeri 235 Palembang.*
- *Rekan-rekan seperjuanganku angkatan 2007.*
- *Almamaterku.*

Motto :

- ❖ *Hidup adalah perjuangan, perjuangan adalah tantangan dan setiap tantangan adalah peluang untuk meraih suatu keberhasilan.*
- ❖ *Dimana kaki berpijak disitu langit dijunjung.*
- ❖ *Usaha yang giat dengan senantiasa disertai do'a dan tawakal adalah kunci keberhasilan dalam setiap perjuangan hidup.*

KATA PENGANTAR

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menempuh ujian guna mencapai gelar sarjana pendidikan pada program studi pendidikan jasmani dan kesehatan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas Sriwijaya. Dengan selesainya skripsi ini penulis mengucapkan terima kasih kepada rektor UNSRI Prof. Dr. Badia Perizade, M.BA dan Dekan FKIP UNSRI Prof. Drs Tatang Suhery, MA. Ph.D, Bapak Drs. Waluyo, M.Pd. Selaku ketua program studi pendidikan jasmani dan kesehatan, Dra. Marsiyem, M.Kes Selaku Pembimbing I dan Dr. Sikirno Selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan kemudahan selama pengurusan administrasi dan penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kepala sekolah SD Negeri 235 Palembang, guru-guru dan staf SD Negeri 235 Palembang yang telah membantu dan memberikan kemudahan dalam pengumpulan data, serta pihak lain yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengajaran bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan disekolah dasar.

Palembang, Oktober 2011

Penulis

ARHAM

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN TIM DAN PENGUJI	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
ABSTRAK	x
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Permainan Bola Voli	4
2.2 Servis	5
2.3 Teknik Dasar Servis Bawah	7
2.4 Pengertian Metode Demonstrasi	8
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian	13
3.2 Rancangan Penelitian	13
3.3 Prosedur Penelitian	15
3.4 Lokasi dan Subjek Penelitian	17
3.5 Bahan dan Alat	17
3.6 Pelaksanaan penelitian	17
3.7 Teknik Pengumpulan Data	19
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	21
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	21
4.1.2 Data Awal	23
4.1.2.1 Siklus I	23
4.1.2.2 Hasil Penelitian Siklus I	25
4.1.2.3 Refleksi Siklus I	32
4.1.2.4 Siklus II	33

4.1.2.5 Hasil Penelitian Siklus II	36
4.1.2.6 Refleksi Siklus II	42
4.2 Pembahasan	43
4.2.1 Keaktifan Siswa dan Pembelajaran Servis Bawah	43
4.3 Refleksi Hasil Penelitian Pembelajaran Servis Bawah.....	44
4.3.1 Siklus I	44
4.3.2 Siklus II	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
5.1. Kesimpulan	49
5.2. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Data tes awal tehnik dasar servis bawah.....	26
Tabel 2	Hasil tes awal tehnik dasar servis bawah	27
Tabel 3	Data tes akhir siklus pertama	29
Tabel 4	Hasil tes akhir siklus pertama tehnik dasar servis bawah	30
Tabel 5	Distribusi frekuensi hasil tehnik dasar servis bawah. Hasil persentase siklus pertama nilai akhir	31
Tabel 6	Data tes awal siklus kedua	37
Tabel 7	Tes awal siklus kedua tehnik dasar servis bawah	38
Tabel 8	Data tes akhir siklus kedua	39
Tabel 9	Tes akhir tehnik dasar servis bawah	40
Tabel 10	Distribusi frekuensi hasil tehnik dasar servis bawah. Hasil persentase siklus kedua	42
Tabel 11	Rekapitulasi nilai akhir hasil data observasi setelah melakukan penelitian pada siklus I	45
Tabel 12	Rekapitulasi nilai akhir hasil data observasi setelah melakukan penelitian pada siklus II	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Teknik Gerakan Servis Bawah	8
Gambar 2	Skema Prosedur Penelitian	15
Gambar 3	Grafik 1 (Tes Awal Siklus I)	28
Gambar 4	Grafik 2 (Tes Akhir Siklus I)	31
Gambar 5	Grafik 1 (Tes Awal Siklus II)	39
Gambar 6	Grafik 2 (Tes Akhir Siklus II)	41

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Upaya Meningkatkan Pembelajaran Servis Bawah Bola Voli Mini” melalui metode demonstrasi pada siswa kelas V SD Negeri 235 Palembang. Tujuan Penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar servis bawah bola voli mini. Siswa SD Negeri 235 Palembang masih banyak yang belum dapat melakukan servis bawah dengan baik dan benar. Untuk meningkatkan teknik dasar servis bawah, peneliti memberikan metode yang tepat dengan menggunakan metode demonstrasi. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas V yang terdiri dari 9 orang laki-laki dan 11 orang perempuan. Hasil penelitian secara klasikal adalah : siklus pertama peningkatan kemampuan servis bawah hanya mencapai 30 %. Artinya target siswa pada siklus pertama belum tercapai. Sedangkan pada siklus kedua peningkatan kemampuan servis bawah mencapai 85 %. Dengan demikian peningkatan kemampuan servis bawah siswa kelas V SD Negeri 235 Palembang tercapai.

Kata Kunci : *Teknik Dasar Servis Bawah Bola Voli Mini*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan bola voli adalah jenis permainan bola besar. Untuk menjadi seorang pemain yang baik adalah dengan mempelajari tehnik permainan yang benar sejak dini. Permainan bola voli dimasukkan oleh pemerintah kedalam kurikulum sekolah, mulai dari sekolah dasar hingga menengah atas melalui mats pelajaran penjas orkes. Permainan bola voli juga merupakan olahraga yang populer dan banyak diminati oleh masyarakat. Untuk bermain bola voli yang baik dibutuhkan kemampuan fisik, seperti kecepatan, kelincahan dan kekuatan serta tehnik bermain seperti *passing*, *smesh*, blok dan servis.

Servis merupakan satu-satunya tehnik dalam permainan bola voli dimana kita mengontrol sepenuhnya tindakan kita hanya kita sendiri yang bertanggung jawab atas hasil tindakan kita (Barbara L, Bonnie J F, 2004 27). Servis ada 2 macam, servis bawah dan servis atas. Servis bawah adalah tangan ke bagian bawah bola, sedangkan servis atas adalah servis yang dilakukan dengan cara melambungkan bola didepan bahu kanan hingga berada dimuka bahu kanan hingga diatas kepala lengan pemukul serentak diangkat kedepan pada waktu bola dipukul. Bola dipukul dengan tangan terbuka.

Di SD Negeri 235 permainan bola voli kurang diminati oleh siswa dikarenakan sarana dan prasarananya kurang memadai, lapangan tidak ada atau

untuk melakukan aktivitas olah raga siswa memakai lapangan kosong milik warga yang cukup luas. Siswa SD Negeri 235 yang dapat melakukan tehnik dasar servis bawah baru mencapai 15 % dari 20 siswa.

Untuk menanggulangi masalah di atas, diperlukan penggunaan metode lain yang tepat dalam proses pembelajaran sehingga dapat mengatasi masalah pembelajaran servis bawah yang masih rendah. Di kelas V, penerapan suatu metode pengajaran ditinjau dari yaitu; keefektifan, keefisienan dan kecocokannya dengan materi pelajaran yang meliputi kemampuan dan keterampilan siswa. Penulis ingin menerapkan metode dan media yang tepat dan efisien yang dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam melakukan servis bawah permainan bola voli mini.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin mencoba melakukan penelitian dengan judul "Upaya Meningkatkan Pembelajaran Servis Bawah Bola Voli Mini Melalui Metode Demontrasi Pada Siswa Kelas V SD Negeri 235 Palembang"

1.2 Pembatasan Masalah

Agar penelitian tidak terlalu luas maka penelitian dibatasi pada :

1. Hanya pada siswa kelas V SD Negeri 235 Palembang.
2. Pembelajaran tehnik dasar servis bawah boli voli yang benar

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

"Apakah metode demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan tehnik dasar servis bawah pada permainan bola voli siswa kelas V sekolah dasar negeri 235 Palembang ?"

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan tehnik dasar servis bawah pada permainan bola voli mini

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti, guru, dan siswa diantaranya adalah :

1. Manfaat bagi guru penjaskes sebagai peneliti

Guru dapat meningkatkan keterampilan dalam menggunakan metode pembelajaran yang tepat sebagai acuan dalam proses belajar mengajar.

2. Manfaat bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi siswa

3. Manfaat bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi sekolah dalam rangka perbaikan pembelajaran permainan bola voli mini.

DAFTAR PUSTAKA

- Barbara L, Viera MS, Bonnie Jill Ferguson MS, 2004 *Bola Voli Tingkat Pemula*
- Depdikbud, 1999. *Pedoman Bola Voli Mini*. Jakarta. Engkos Kosasi, 1985.
Olahraga Tehnik dan Program Latihan.
- M. Furqon Hidayatullah, 2008. *Mendidik anak dengan bermain*. Surakarta, LPP
UNS.
- Muhammad Muhyi Faruq, 2009. Meningkatkan kebugaran Jasmani Melalui
Permainan dan Olahraga Bola Voli.
- Surakhman, Prof, Dr. Winarno. *Metode Pengajaran Nasional*, Jemmars, Bandung
1980.
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
SD/MI*. Jakarta, Pranada Media Group.
- Suharsimi, 2009. *Desain Penelitian*. Jakarta
- Surya Subrata, 1994. *Pembelajaran keterampilan dan konsep olahraga di SD
sebuah pendekatan permainan Praktis*. Jakarta : Direktorat Jenderal
Olahraga
- Tim Bina Karya Guru, 2004. *Pendidikan Jasmani SD/MI*. Jakarta. PT.Erlangga.