

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH
BOLA VOLI MELALUI LATIHAN SERVIS BERPASANGAN DENGAN
METODE KOMANDO MENGGUNAKAN BOLA YANG DIMODIFIKASI
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 05 PEMULUTAN KAB. OGAN ILIR**

Skripsi oleh :

Asmani

Nomor Induk Mahasiswa 06097406015

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2013**

S
796.325 07
Asm
u
C-131062
2013

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH
BOLA VOLI MELALUI LATIHAN SERVIS BERPASANGAN DENGAN
METODE KOMANDO MENGGUNAKAN BOLA YANG DIMODIFIKASI
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 05 PEMULUTAN KAB. OGAN ILIR**

Skripsi Oleh

Nama : Asmani
NIM : 06097406015
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2013

UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH BOLA VOLI MELALUI LATIHAN SERVIS BERPASANGAN DENGAN METODE KOMANDO MENGGUNAKAN BOLA YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 05 PEMULUTAN KAB. OGAN ILIR

SKRIPSI OLEH:

ASMANI

Nomor Induk Mahasiswa 06097406015

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyetujui

Pembimbing I


Drs. Syafaruddin, M. Kes
NIP. 195909051987031004

Pembimbing II


Dr. Iyakrus, M. Kes
NIP. 196208121987021002

**Mengetahui,
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang**


Dr. Sukirno
NIP. 195508101983031005

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Senin

Tanggal : 29 Juli 2013

Tim Penguji

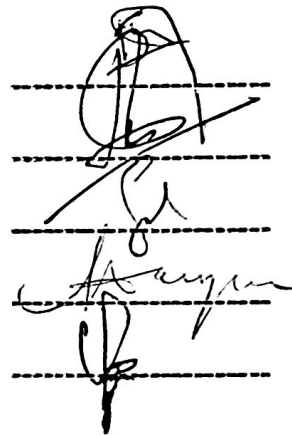
1.Ketua : Drs. Syafaruddin, M.Kes

2.Anggota : Dr. Iyakrus M.Kes

3. Anggota : Dr. Sukirno

4.Anggota : Dra. Marsiyem, M.Kes

5. Anggota : Drs. Maskur Ahmad, M.Kes



**Palembang, Juli 2013
Mengetahui,
Ketua Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



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

Kupersembahkan Kepada :

- ❖ Ayah dan Ibu Yang Tersayang dan tercinta yang tak bosan memberikan nasehat, semangat, Doa dan restunya semasa hidup . . .
- ❖ Istriku (Indrawati) dan keempat anakku yang tercinta (Anggun Putra, Andreansyah, Ardi Satrio, Andini Putri) Yang merupakan Sumber spirit dan inspirasiku
- ❖ Kakak-kakakku serta Adik-adikku yang tercinta yang telah banyak memberikan dukungan moril maupun spiritual
- ❖ Teman-temanku yang selalu bersama-sama baik suka maupun duka
- ❖ Almamater yang kubanggakan Universitas Sriwijaya

Motto

1. Nilai Manusia adalah bukan bagaimana dia mati, melainkan bagaimana dia hidup. Bukan apa yang telah dia peroleh, melainkan apa yang telah dia berikan, bukan apa pangkatnya, melainkan tugas apa yang telah dapat ia laksanakan dengan sebaik-baiknya
2. Ringan sama dijinjing Berat sama dipikul

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadiran Allah SWT dan junjungan Nabi besar Muhammad SAWatas rahmat karunianya-Nyalah sripsi ini berjudul: “ UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH BOLA VOLI MELALUI LATIHAN SERVIS BERPASANGAN DENGAN METODE KOMANDO MENGGUNAKAN BOLA YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 05 PEMULUTAN KAB. OGAN ILIR”.dapat diselesaikan. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada FKIP Unsri.

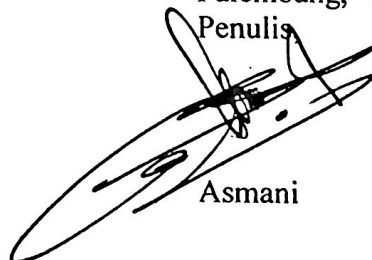
Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs, Syafaruddin, M.Kes selaku pembimbing I dan Dr. Iyakrus, M.Kes. sebagai pembimbing II yang telah memberikan perhatian, bimbingan, motivasi, dan semangat selama pelaksanaan penelitian dan penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Hj. Badia Perizade,M.B,A Rektor Unsri, Sofendi, M.A., Ph.D Dekan FKIP Unsri, Dr. Sukirno Ketua Pelaksana Kelas Palembang dan Drs. Waluyo M.Pd. Ketua Prodi Penjaskes yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini. Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Arna Elhami, S.Pd 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 dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni. .

Palembang, Juli 2013

Penulis




Asmani

PERNYATAAN

Saya yang bertnda tangan di bawah ini:

Nama : Asmani
NIM : 06097406015
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH BOLA VOLI MELALUI LATIHAN SERVIS BERPASANGAN DENGAN METODE KOMANDO MENGGUNAKAN BOLA YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 05 PEMULUTAN KAB. OGAN ILIR “ ini seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dan pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Palembang,
Yang Membuat Pernyataan,

Asmani

METERAI
TEMPEL
PILIH NOMORAN DAN BENTUK
TUK
7C2F9ABF573127074
ENAM RIBU RUPIAH
6000 DJP

DAFTAR ISI

| | <i>Halaman</i> |
|---|----------------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI..... | iii |
| HALAMA N PERSEMBAHASAN DAN MOTTO..... | iv |
| UCAPAN TERIMA KASIH..... | v |
| SURAT PERNYATAAN..... | vi |
| DAFTAR ISI..... | vii |
| DAFTAR TABEL..... | viii |
| DAFTAR GAMBAR..... | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | x |
| ABSTRAK..... | xi |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 1.2 Identifikasi Masalah..... | 3 |
| 1.3 Batasan Masalah..... | 4 |
| 1.4 Rumusan Masalah..... | 4 |
| 1.5 Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.6 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 6 |
| 2.1 Hakikat Permainan Bola Voli..... | 6 |
| 2.1.1 Permainan Bola Voli..... | 6 |
| 2.1.2 Servis Bawah..... | 7 |
| 2.2 Hakikat Metode Komando latihan Berpasangan..... | 11 |
| 2.2.1 Pengertian Metode Komando..... | 11 |
| 2.2.2 Penerapan latihan Komando dengan berpasangan..... | 13 |
| 2.3 Kerangka Berfikir..... | 16 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 17 |
| 3.1 Metode Penelitian..... | 17 |
| 3.2 Waktu dan tempat Penelitian..... | 17 |
| 3.2.1 Waktu Penelitian..... | 17 |
| 3.2.2 Tempat Penelitian..... | 17 |
| 3.3 Subjek Penelitian..... | 17 |
| 3.4 Prosedur Penelitian..... | 18 |
| 3.4.1 Siklus 1..... | 18 |
| 3.4.2 Siklus 2..... | 20 |
| 3.4.3 Proses Pelaksanaan Penelitian..... | 22 |
| 3.5 Tehnik Pengumpulan Data..... | 22 |
| 3.6 Tehnik Analisis Data..... | 23 |

| | |
|---|---------------|
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 24 |
| 4.1 Hasil Penelitian | 24 |
| 4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian | 24 |
| 4.1.2 Data Awal..... | 24 |
| 4.1.3 Data Hasil Penelitian..... | 25 |
| 4.1.3.1 Siklus Pertama..... | 25 |
| 4.1.3.2 Peningkatan Gerakan servis Bawah | 26 |
| 4.1.3.3 Observasi | 27 |
| 4.1.3.4 Refleksi Siklus 1..... | 27 |
| 4.1.3.5 Siklus Dua | 27 |
| 4.1.3.6 Observasi..... | 28 |
| 4.1.3.7 Refleksi Siklus 2..... | 28 |
| 4.1.3.8 Peningkatan Tehnik Servis Bawah..... | 29 |
| 4.2 Pembahasan..... | 30 |
| 4.2.1 Pembahasan Siklus Satu | 30 |
| 4.2.1.1 Peningkatan Kemampuan Servis Bawah | 30 |
| 4.2.2 Pembahasan Siklus Dua..... | 31 |
| 4.2.2.1 Peningkatan Servis Bawah | 31 |
| BAB V SIMPULAN DAN SARAN | 32 |
| 5.1 Simpulan | 32 |
| 5.2 Saran..... | 32 |
| DAFTAR PUSTAKA | 34 |

DAFTAR TABEL

| TABEL | HALAMAN |
|--|----------------|
| Tabel I Distribusi frekwensi Test servis Bawah | 24 |
| Tabel 2 Distribusi frekwensi Siklus 1 | 26 |
| Tabel 3 Distribusi frekwensi Siklus 2 | 29 |

DAFTAR GAMBAR

| GAMBAR | HALAMAN |
|---|----------------|
| Gambar 1 Sikap Tangan Pemukul untuk Servis Bawah | 8 |
| Gambar 2 Gerakan servis Bawah | 9 |
| Gambar 3 Sikap Perkenaan Servis Bawah | 10 |
| Gambar 4 Lemparan dengan Dua Tangan..... | 14 |
| Gambar 5 Servis Bawah melintasi Net | 15 |
| Gambar 6 Servis Berpasangan melewati..... | 15 |
| Gambar 7 Distribusi frekwensi Tes tAwal Servis Bawah..... | 25 |
| Gambar 8 Distribusi frekwensi Test Siklus Pertama | 26 |
| Gambar 9 Distribusi frekwensi Test Siklus Dua..... | 30 |

DAFTAR LAMPIRAN

| LAMPIRAN | HALAMAN |
|---|---------|
| 1. Biodata Penulis | 36 |
| 2. Usulan Judul | 37 |
| 3. SK Pembimbing | 38 |
| 4. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas..... | 39 |
| 5. Surat Izin Penelitian Dari Diknas Pendidikan Kab.Ogan Ilir | 40 |
| 6. SK Penelitian Dari Kepala SD Negeri 05 Pemulutan | 41 |
| 7. Foto Penelitian..... | 47 |
| 8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran..... | 52 |
| 9. Kartu Bimbingan Skripsi | 58 |

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Servis Bawah Bola Voli Melalui Latihan Servis Berpasangan Dengan Metode Komando Menggunakan Bola Yang Dimodifikasi Pada Siswa Kelas V SD Negeri 05 Pemulutan Kab. Ogan Ilir. Yang dilakukan pada tanggal 3 Juni 2013 s/d 18 Juni 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah melalui latihan servis berpasangan dengan metode komando menggunakan bola yang dimodifikasi dapat meningkatkan kemampuan servis bawah.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan pasing bawah bola voli. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau sering disebut *classroom action research* dan dilaksanakan dua siklus dimulai dengan perencanaan, Pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri 05 Pemulutan Kab. Ogan Ilir yang berjumlah 29 siswa. Data dikumpulkan dari observasi dilapangan. Setelah siswa melakukan pembelajaran latihan servis berpasangan dengan metode komando menggunakan bola yang dimodifikasi secara berulang-ulang, kemudian diadakan test pada akhir siklus pertama dan diperoleh data bahwa 9 siswa mencapai 31,03% baik dari 29 siswa 41,38% sedang dari 29 siswa dan 27,59% kurang dari 29 siswa. Pada siklus kedua pelaksanaannya tidak jauh berbeda dengan siklus pertama hanya tehnik servis bawah diperbaiki dan dilakukan secara berulang-ulang, kemudian diadakan test servis bawah bola voli, pada akhir siklus kedua dan diperoleh data bahwa siswa yang memenuhi kriteria baik mencapai 17 siswa 58,62 %, 8 siswa sedang 27,59%, dan 4 siswa kurang 13,79%. Ketuntasan siswa: 25 siswa tuntas atau 86,21%, dan 4 siswa tidak tuntas 13,79%. Simpulan dalam penelitian ini adalah dengan model latihan servis berpasangan dengan metode komando menggunakan bola yang dimodifikasi, tehnik servis bawah ternyata dapat meningkat.

Kata kunci: *Bola Voli, Model Latihan Servis Berpasangan Dengan Metode Komando, Bola Yang Dimodifikasi, Servis Bawah, dan Penelitian Tindakan Kelas (PTK).*



BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan bola voli merupakan permainan yang tidak hanya untuk memperoleh prestasi atau salah satu pilihan untuk menjadi atlet yang berprestasi tinggi tetapi juga sebagai hiburan yang menarik bagi seseorang, keluarga, dan masyarakat. Permainan bola voli ini banyak sekali diminati oleh masyarakat, karena selain mudah dilaksanakan permainan ini juga tidak membutuhkan biaya yang mahal dan tidak membutuhkan lahan yang sangat luas. Permainan ini sudah diajarkan sejak Sekolah Dasar sampai pada perguruan tinggi. Karena permainan ini mudah untuk dilakukan, maka permainan bola voli ini sudah mulai diajarkan sejak anak duduk di Sekolah Dasar. Akan tetapi pada Sekolah Dasar, permainan bola voli ini menggunakan bola yang dimodifikasi.

Permainan bola voli merupakan permainan yang dimainkan dengan cara berkelompok. Meskipun permainan ini dimainkan secara berkelompok, setiap individu perlu menguasai teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bola voli. Teknik dasar permainan bola voli tersebut yaitu servis, passing bawah, passing atas, smash, bendungan (blok). Teknik dasar tersebut sangat perlu ditingkatkan keterampilannya karena tujuan dalam permainan bola voli adalah memperagakan teknik dan taktik memainkan bola di lapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan. Dalam penelitian yang akan dilakukan ini, peneliti tidak akan

membahas semua teknik tersebut, peneliti hanya akan membahas tentang servis dalam permainan bola voli karena servis merupakan teknik yang sangat penting dalam mengawali permainan bola voli. Servis adalah tindakan memukul bola oleh seorang pemain belakang yang dilakukan dari daerah servis, langsung ke lapangan lawan. Salah satu servis yang paling umum dilakukan yaitu servis bawah. Hal ini karena servis bawah merupakan servis yang paling mudah dilakukan. Dengan menguasai servis bawah berarti kita telah melakukan serangan pertama dalam permainan bola voli untuk menciptakan poin atau angka dalam permainan.

Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa Sekolah Dasar kelas V, pembelajaran bola voli sudah pernah dilakukan/diberikan kepada siswa pada awal semester ganjil. Pada pembelajaran bola voli ini siswa sudah diberikan arahan cara melakukan permainan bola voli dengan baik terutama pada saat melakukan servis bawah, tehnik-tehnik dalam bermain bola voli serta taktik dan strategi bermain. Namun kenyataan yang ada di lapangan menunjukkan bahwa hasil pembelajaran bola voli hasilnya sangat jauh dari apa yang diharapkan. Hasil dilapangan menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa yang bermain bola voli tidak menguasai teknik dasar seperti servis terutama servis bawah. Pada dasarnya siswa-siswa tersebut gemar mengikuti permainan bola voli di sekolah, akan tetapi rata-rata dalam melakukan servis terutama servis bawah, servisnya tidak sampai menyebrang ke dalam lapangan lawan bahkan terkadang servisnya mengarah ke samping lapangan permainan. Berdasarkan hasil pengamatan sementara terhadap hasil pembelajaran bola voli dengan menggunakan metode konvensional, dari 29

pembelajaran bola voli hanya 30% saja yang dianggap dapat melakukan servis bawah dengan benar sementara 70% belum dapat melakukan servis bawah dengan benar. Sementara menurut Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM), pembelajaran dianggap berhasil apabila tingkat keberhasilan siswa mencapai 75% sehingga masih perlu dilakukan tindakan kelas. Hal ini mungkin disebabkan karena siswa kurang memahami apa yang sudah dijelaskan oleh guru, atau siswa kurang memperhatikan saat guru memberikan contoh dalam melakukan servis bawah dalam permainan bola voli.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti mencoba untuk mencari alternatif lain dengan menggunakan metode komando dengan berpasangan sebagai upaya untuk membantu mempermudah siswa dalam melakukan pembelajaran servis bawah. Dari penjelasan permasalahan tersebut, agar dapat mewujudkan siswa yang dapat melakukan servis bawah dengan benar dan berhasil maka peneliti menerapkan **Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Servis Bawah Bola Voli Melalui Latihan Servis Berpasangan Dengan Metode Komando Menggunakan Bola Yang Dimodifikasi Pada Siswa Kelas V SD Negeri 05 Pemulutan kab. Ogan ilir**".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan Permasalahan diatas dapat identifikasi permasalahan yang ada, yaitu:

- Siswa belum aktif dalam mengikuti pembelajaran bola voli
- Siswa belum menguasai gerakan servis bawah bola voli dengan benar
- Siswa belum memenuhi KKM

1.3 Batasan Masalah

Permasalahan yang ada dalam penelitian ini, hanya dibatasi pada apakah dengan latihan servis berpasangan dengan metode komando menggunakan bola yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil pembelajaran servis bawah bola voli pada . . . siswa kelas V SD Negeri 05 pemulutan Kab. Ogan Ilir.

1.4 Rumusan Masalah

Mengingat pembelajaran servis bawah bola voli merupakan pembelajaran yang penting dipelajari bagi pemula dalam olahraga bola voli, maka setiap siswa hendaknya dapat melakukannya servis bawah dengan benar. Sehubungan dengan hal tersebut, maka permasalahan yang akan diungkapkan dalam penelitian ini yaitu apakah dengan latihan servis berpasangan dengan metode komando menggunakan bola yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil pembelajaran servis bawah bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 05 pemulutan Kab. Ogan Ilir.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki tehnik servis bawah bola voli melalui latihan servis berpasangan dengan metode komando menggunakan bola yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil pembelajaran servis bawah bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 05 pemulutan kab. ogan ilir.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi siswa, agar lebih berpartisipasi dalam proses pembelajaran servis bawah bola voli.
2. Bagi peneliti, mencari metode yang tepat dalam memberikan pembelajaran servis bola voli supaya menjadi lebih baik.
3. Bagi guru penjaskes, sebagai tambahan pengalaman dalam menerapkan metode komando dengan berpasangan dengan menggunakan alat yang dimodifikasi yang membuat hasil pembelajaran servis bawah bola voli menjadi lebih baik.
4. Bagi sekolah, sebagai laporan peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Kosasaih, Engkos. 1984. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Kressindo
- Kleinmann, Theo dan Dieter Kruber. *Bola Volley Pembinaan Teknik, Taktik dan Kondisi*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Lutan, Rusli., dkk. 1991. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB dan FPOK/IKIP.
- Maryanto, dkk. 1995. *Permianan Besar II (Bola Voli)*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Matakupan. 1993. *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Sukimo, dan Waluyo. 2012. *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang : Unsri Press
- Sri sunarsih, dkk. 2009. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Syarifuddin, A., dan Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikn Tinggi Proyek Pembinaan Tanaga Kependidikan.
- Simanjuntak, victor, Kaswari dan Eka Suproatna. 2010. http://pjjpgsd.dikti.go.id/file.php/1/repository/dikti/Mata%20Kuliah%20Awal/Pendidikan%20Jasmani%20dan%20Jabatan/BAC/unit3_penjaskes.pdf. Diakses tanggal 5 mei 2013