

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK PASSING ATAS PERMAINAN BOLA
VOLI MENGGUNAKAN BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI
159 PALEMBANG**

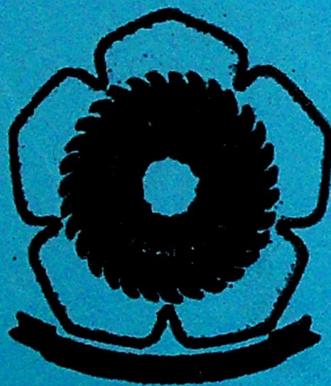
SKRIPSI

Oleh :

MANADI

Nomor Induk Mahasiswa : 06097806020

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

PALEMBANG

2012

S.
796.325.07
Man
U
2012.

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK PASSING ATAS PERMAINAN BOLA
VOLI MENGGUNAKAN BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI
159 PALEMBANG**

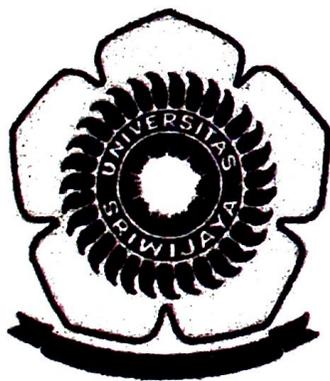
SKRIPSI

Oleh :

MANADI

Nomor Induk Mahasiswa : 06097806020

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

PALEMBANG

2012

UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK PASSING ATAS PERMAINAN BOLA
VOLI MENGGUNAKAN BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI
159 PALEMBANG

Skripsi Oleh :

MANADI

Nomor induk Mahasiswa 06097806020

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui

Pembimbing 1,



Dra. Marsiyem, M.kes
NIP 195312121982032001

Pembimbing 2,



Drs. Waluyo, M.Pd
NIP 195601241984031001

Disahkan

Ketua Pelaksana Kampus Palembang




Dr. Sukirno
NIP 195508101983031005

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu

Tanggal : 19 Mei 2012

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dra. Marsiyem, M.kes



2. Sekretaris : Drs. Waluyo, M.Pd



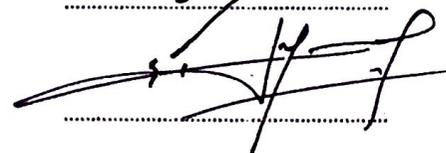
3. Anggota : Drs. Muhaimin



4. Anggota : Drs. Iyakrus, M.Kes



5. Anggota : Drs. Syamsuramel, M.Kes



Palembang, 4 Juni 2012
Diketahui Oleh
Ketua Program Studi Penjaskes



Drs. Waluyo, M.Pd
NIP 195601241984031001

Kupersembahkan kepada :

- ❖ Ayah dan Ibu yang tercinta yang tak bosan memberikan nasehat, semangat, dan doa
- ❖ Istriku dan anakku yang tercinta 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

- ❖ *Apabila berjanji jangan lah berkata ya lebih baik katakan mudah-mudahan.*
- ❖ *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, Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A Rektor UNSRI, Prof. Drs. Tatang Suhery, M.A., Ph.D, Dekan FKIP UNSRI, dan Drs. Waluyo, M.Pd Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dra. Marsiyem, M.Kes dan Drs. Waluyo, M.Pd sebagai pembimbing yang memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

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

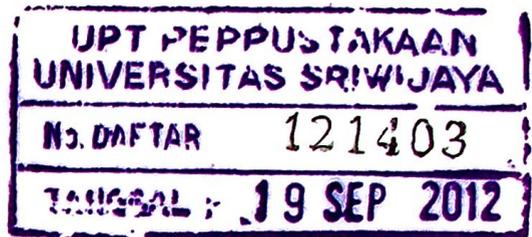
Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Baihaki, S.Pd., M.Si, Kepala SD Negeri 159 Palembang, yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 159 Palembang.

Palembang, 2012



Manadi



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL..... i
HALAMAN PENGESAHAN..... ii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN iv
UCAPAN TERIMA KASIH..... v
DAFTAR ISI..... vi
ABSTRAK ix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang 1
1.2 Pembatasan Masalah 3
1.3 Rumusan Masalah 3
1.4 Tujuan Penelitian..... 3
1.5 Manfaat Penelitian..... 3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1.1 Pengertian pembelajaran 5
2.1.2 Ciri-ciri pembelajaran..... 5
2.1.3 Unsur-unsur pembelajaran 5
2.1.4 Macam-macam model pembelajaran..... 6
2.1.5 Pengertian pembelajaran pendidikan jasmani 6
2.1.6 Pengertian pendidikan kesehatan 6
2.2.1 Sejarah permainan bola voli 7
2.2.2 Tehnik dasar permainan bola voli 8
2.2.3 Pengertian permainan bola voli 9
2.2.4 Lapangan dan peralatan bola voli..... 9
2.3 Modifikasi 10

2.3.1 Pengertian modifikasi.....	10
2.3.2 Pengertian modifikasi bola voli.....	10
2.4 Kerangka berpikir.....	11

BAB III METODE PENELITIAN

3.1.1 Subjek Penelitian.....	13
3.1.2 Jenis Penelitian.....	13
3.1.3 Prosedur penelitian.....	13
3.1.4 Tempat dan pelaksanaan penelitian.....	14
3.1.5 Teknik Analisa Data.....	15
3.1.6 Instrumen penelitian.....	15
3.2 Pelaksanaan tindakan.....	17

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1.1 Gambaran lokasi penelitian.....	20
4.1.2 Data awal.....	20
4.1.3 Data hasil penelitian.....	21
4.1.3.1 Siklus satu.....	21
4.1.3.2 Peningkatan gerakan passing atas siklus satu.....	21
4.1.3.3 Refleksi siklus satu.....	22
4.1.4.1 Siklus dua.....	23
4.1.4.2 Peningkatan gerakan passing atas siklus dua.....	23
4.1.4.3 Refleksi siklus dua.....	24
4.2 Pembahasan.....	25
4.2.1 Pembahasan siklus satu.....	25
4.2.1.1 Peningkatan gerakan passing atas.....	25
4.2.2 Pembahasan siklus dua.....	25
4.2.2.1 Peningkatan gerakan passing atas.....	25

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	27
5.2 Saran.....	27

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

ABSTRAK

Judul Upaya meningkatkan teknik passing atas permainan bola voli menggunakan bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 159 Palembang”.

Permasalahan dalam penelitian saat pembelajaran permainan bola voli ada siswanya yang tidak dapat melakukan passing atas dengan baik dan gerakan yang dilakukan masih tidak rileks.

Metode dalam penelitian permainan bola voli pembelajaran passing atas menggunakan bola plastik. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas V berjumlah 40 siswa. Penelitian berlangsung di SD Negeri Talang 159 Palembang. Tehnik pengumpulan data yang dipergunakan adalah observasi tes hasil belajar passing atas .

Pembahasan melalui data awal passing atas diperoleh bahwa siswa yang memenuhi kreteria 5 siswa dari 40 siswa baik 12,5%, 15 siswa sedang 37,5%, 20 siswa kurang 50%. siklus I peneliti melakukan tes terdapat 9 siswa dari 40 siswa baik 22,5%, 24 siswa sedang 60%, 7 siswa kurang 17,5%. siklus II ini cukup banyak yaitu pada kreteria baik 16 siswa 40%, sedang 20 siswa 60%, kurang 4 siswa 10%

Simpulan peneliti setelah menyelesaikan siklus II yaitu menunjukkan bahwa dengan menggunakan bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar permainan bola voli materi passing atas pada siswa kelas V SD Negeri 159 Palembang.

Kata Kunci : Voli , bola plastik, PTK

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan di sekolah dasar, merupakan salah satu kegiatan proses belajar yang bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani. Pelajaran di Sekolah Dasar dapat memberikan latihan dasar senam seperti latihan pelepasan sendi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, keberanian, kecepatan dan sebagainya. Pelajaran bola voli sangat disenangi dari Sekolah Dasar sampai ke perguruan tinggi dimana didalamnya mengandung kerjasama menurut (Samsudin, 2008:17). Dalam menentukan suatu metode pembelajaran di Sekolah Dasar selain harus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan juga harus sesuai dengan pandangan anak terhadap tugas gerak yang diberikan, terutama permainan bola voli yang mana teknik dasar diantaranya servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas, smes dan blok.

Kegiatan pendidikan jasmani dilapangan oleh seorang guru diharapkan selalu berjalan dengan efektif dan menyenangkan dalam kondisi bagaimanapun. Oleh karena itu dalam kondisi yang kurang menguntungkan pun guru penjas, harus mampu menciptakan suasana yang kondusif. Anak menerima pelajaran dapat dilakukan dengan bermain dan meyenangkan, dan mau bergerak, (Pangrazi, 1991:6), Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. (Samsudin, 2003:3) maka peneliti mencoba meneliti materi passing atas menggunakan bola plastik karena pada saat permainan bola voli siswa tidak maksimal melakukan permainan terutama passing atas.

Salah satu teknik passing atas yang memerlukan teknik diantaranya Sikap awal berdiri, badan sedikit condong kedepan, kedua kaki dibuka, salah satu kaki agak kedepan, lutut sedikit ditekuk atau sesuai datangnya bola, titik sentuh bola dengan tapak jari, yaitu jari ruas pertama bagian dalam, bukan ujung jari. Dengan tenaga ada dipergelangan tangan dan diteruskan dengan meluruskan siku diimbangi dengan gerak kaki yang harmonis, pandangan ke arah datangnya bola. (Muhajir, 2006:10) Maka teknik yang terdapat pada passing atas tersebut akan diberikan pada siswa kelas V SD Negeri 159 Palembang karena kurang mendapatkan hasil yang maksimal disamping itu bola yang dipakai terbuat dari kulit tidak memadai pada tingkat usia Sekolah Dasar. Untuk meningkatkan pembelajaran passing atas diberikan pembelajaran bola plastik, bola plastik diberikan ukuran beratnya lebih ringan dan tidak membahayakan siswa. Tujuannya adalah meningkatkan gerakan passing atas dengan benar, sedangkan manfaat yang diperoleh siswa untuk merangsang siswa belajar passing atas dengan baik.

Untuk meningkatkan proses pembelajaran agar mendapatkan hasil yang diharapkan baik dalam melakukan passing atas, peneliti akan menggunakan bola plastik pada siklus satu dan dua, dari data awal di peroleh 5 orang dapat melakukan passing atas dengan baik atau 12,5%, 15 orang sedang atau 37,5%, 20 orang tidak dapat melakukan passing atas atau 50% maka dilanjutkan untuk perbaikan pada siklus satu. Setelah data terkumpul mendata tersebut akan peneliti olah menggunakan rumus PTK oleh (Subagio,1991:17). Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil gerakan, antara lain metode mengajar, penggunaan alat atau bola untuk memacu keberanian siswa, atas dasar itulah peneliti ingin melakukan modifikasi alat untuk meningkatkan pembelajaran passing atas. Sehingga nantinya dapat menjadi acuan referensi tolak ukur guru penjaskes dalam melaksanakan pelajaran penjaskes di sekolah dasar, sebagai bentuk kreativitas melakukan inovatif untuk perbaikan aktifitas aktivitas olahraga permainan bola voli. Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut di atas maka peneliti mengambil judul : Upaya meningkatkan teknik passing

atas permainan bola voli menggunakan bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 159 Palembang”.

1.2 Pembatasan Masalah

Agar tidak meluas maka peneliti membatasi hanya mengenai pembelajaran passing atas dan modifikasi bola plastik

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas maka peneliti dapat merumuskan masalah yang akan di bahas dalam penelitian ini adakah peningkatan pembelajaran passing atas melalui modifikasi bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 159 Palembang.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini dalah untuk membuktikan cara meningkatkan pembelajaran passing atas bola voli dengan menggunakan modifikasi bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 159 Palembang.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai wawasan dan masukan bagi :

1.5.1 Peneliti

Manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini dapat berguna kepada :

1.5.2 Bagi Peneliti

- Dapat membantu siswa dalam meningkatkan pembelajaran passing atas
- Guru dapat mengembangkan ilmunya secara profesional
- Menambah keterampilan peneliti dalam menuntaskan tujuan pembelajaran

1.5.3 Siswa

- Dapat mempraktekkan passing atas dengan benar melalui modifikasi alat bola plastik
- Dapat menambah pemahaman keterampilan tentang passing atas sehingga prestasi yang diharapkan tercapai

1.5.4 Guru Pendidikan Jasmani

- Dapat menemukan salah satu model pembelajaran yang lebih efektif
- Pendekatan modifikasi pembelajaran dapat meningkatkan pembelajaran khususnya mata pelajaran bola voli

DAFTAR PUSTAKA

- Brotosuroyo, 1994. *Akaesehatan olahraga*. Jakarta. Erlangga
- Bachtiar, 2005. *Permainan bola voli*. Pendidikan dasar dan menengah. Jakarta
- Hamalik, 1995. *Pembelajaran*. Jakarta. Depdikbud.
- Lutan, 1998. *Pedoman pembelajaran modifikasi*. FPOK Universitas Pendidikan Indonesia
- Muhajir, 2004. *Pedoman permainan bola voli*. Pendidikan dasar dan menengah. Jakarta
- Pangrazi, 1998. *Permainan dan pengembangan gerak dasar*. Jakarta. Depdikbud.
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran modifikasi*. Jakarta. Gramedia
- Tamat, 2004. *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta. Remika cipta.