

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH MELALUI
KETINGGIAN NET BERTAHAP DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI
SISWA KELAS V SD NEGERI 161 PALEMBANG**

Skripsi oleh

MUSIAR

Nomor Induk Mahasiswa 06097806068

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWLJAYA
PALEMBANG
2012**

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH MELALUI
KETINGGIAN NET BERTAHAP DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MINI
SISWA KELAS V SD NEGERI 161 PALEMBANG**

S.
796.32J.07.
Mus
P
2012.

Skripsi oleh

MUSIAR

Nomor Induk Mahasiswa 06097806068

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



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

PENINGKATAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH MELALUI
KETINGGIAN NET BERTAHAP DALAM PERMAINAN BOLA VOLI
MINI SISWA KELAS V SD NEGERI 161 PALEMBANG

Skripsi oleh

MUSIAR

Nomor Induk Mahasiswa 06097806068

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengetahui,

Pembimbing 1,



Prof. Dr. dr. Hj. Fauziah Nuraini Kurdi, SpKFR, MPH.
NIP 194604261971102001

Pembimbing 2,



Drs. Meirizal Usra, M. Kes.
NIP 196105281987021003

Mengetahui,

Ketua Pelaksana Kampus Palembang,



Dr. H. Sukirno


NIP 195508101983031005

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Sabtu
Tanggal : 9 Juni 2012

TIM PENGUJI

1. Ketua : Prof. Dr.dr.Hj. Fauziah Nuraini Kurdi, SpKFR,MPH.....

2. Sekretaris : Drs. Meirizal Usra, M.Kes.
.....


3. Anggota : Drs. Afrizal, M.Kes.
.....

4. Anggota : Drs. Waluyo, M.Pd.
.....

5. Anggota : Drs. Syafaruddin, M.Kes.
.....

Palembang, 30 Juni 2012

**Disetujui oleh,
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**


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

M o t o :

- *“Mendidik bukan berarti hanya mencurahkan pengetahuan, melantarkan, tapi didukung dengan mengajak anak menjadi orang yang mau belajar; belajar sendiri.”*

(Sindhunata)

Kupersembahkan kepada :

- *Ayahanda dan Ibunda tercinta yang senantiasa berdoa dan mengharapkan keberhasilanku.*
- *Isteriku tercinta,*
- *Anak-anakku tersayang,*
- *Rekan-rakan senasib dan seperjuangan,*
- *Almamater yang kubanggakan.*

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur ke hadirat Allah SWT, Tuhan pencipta semesta alam, shalawat seiring salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita nabi besar Muhammad SAW. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penyusunan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Prof. Dr. dr. Hj. Fauziah Nuraini Kurdi, Sp.KFR, MPH. sebagai pembimbing pertama dan Bapak Drs. Meirizal Usra, M.Kes. sebagai pembimbing kedua yang selalu meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran hingga terselesaikannya penyusunan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Badia Perizade, MBA, selaku Rektor Universitas Sriwijaya;
2. Prof. Drs. Tatang Suhery, MA, Ph.D selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya;
3. Dr. H. Sukirno selaku Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang;
4. Drs. Waluyo, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Sriwijaya;
5. Bapak-bapak dan Ibu-ibu dosen pengampuh mata kuliah yang telah mengimbaskan ilmunya kepada kami.

Penulis juga tak lupa mengucapkan terima kasih kepada Kepala SD Negeri 161 Palembang yang memberikan bantuan selama penelitian berlangsung. Akhirnya, penulis mengharapkan segala saran serta kritik membangun demi kemajuan studi pendidikan jasmani dan kesehatan. Semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi semua pihak yang memerlukannya.

Palembang, Juni 2012

Penulis,

M U S I A R
NIM 06097806068



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PENGESAHAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PERSEMBAHAN DAN MOTTO	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Pembatasan Masalah dan Rumusan Masalah.....	3
1.3.1 Pembatasan Masalah	3
1.3.2 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Pengertian Pembelajaran.....	5
2.2 Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli	6
2.3 Pembelejaran Servis Bawah dengan Ketinggian Net Bertahap	11
2.4 Pelaksanaan Pembelajaran Servis Bawah dengan Tinggi Net Bertahap.....	12
2.5 Hakikat Pembelajaran Bola Voli untuk Anak Sekolah Dasar.....	13
2.6 Kerangka Berpikir.....	14
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian.....	16
3.2 Waktu Penelitian	16

3.3	Lokasi dan Subjek Penelitian	16
3.3.1	Lokasi Penelitian	16
3.3.2	Subjek Penelitian	16
3.4	Rancangan penelitian	17
3.5	Alat dan Perlengkapan Penelitian	21
3.6	Instrumen Penelitian	22
3.7	Teknik Pengumpulan Data	26
3.8	Teknik Analisis Data	26

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian	28
4.1.1	Deskripsi Hasil Penelitian Data Tes Awal	28
4.1.2	Hasil Penelitian Siklus I	30
4.1.3	Hasil Penelitian Siklus II	36
4.1.4	Hasil Penelitian Siklus II'	41
4.2	Pembahasan	46
4.2.1	Pembahasan Tes Awal	46
4.2.2	Pembahasan Siklus I	46
4.2.3	Pembahasan Siklus II	47
4.2.4	Pembahasan Siklus III	47

BAB V SIMPULAN DAN SARAN-SARAN

5.1	Simpulan	53
5.2	Saran-saran	54

DAFTAR PUSTAKA	55
----------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rubrik Penilaian Gerak Servis Bawah	23
Tabel 2. Data Awal Servis Bawah Sebelum Penelitian.....	28
Tabel 3. Ketuntasan Belajar Siswa Sebelum Penelitian	30
Tabel 4. Hasil Servis Bawah pada Siklus I.....	32
Tabel 5. Ketuntasan Belajar Servis Bawah pada Siklus I.....	34
Tabel 6. Persentase Hasil Observasi Siklus I.....	34
Tabel 7. Hasil Servis Bawah pada Siklus II	37
Tabel 8. Ketuntasan Belajar Servis Bawah pada Siklus II	39
Tabel 9. Persentase Hasil Observasi Siklus II	39
Tabel 10. Rekapitulasi Nilai Hasil Belajar Servis bawah Melalui Ketinggian Net Bertahap	43
Tabel 11. Ketuntasan Belajar Servis Bawah pada Siklus III	44
Tabel 12. Persentase Hasil Observasi Siklus III	45
Tabel 13. Rekapitulasi Nilai Hasil Belajar Servis bawah Melalui Ketinggian Net Bertahap	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Sikap Saat Perkenaan Servis Bawah	7
Gambar 2. Lapangan Bola Voli untuk Murid Sekolah Dasar	14
Gambar 3. Bagan Alur Kerangka Berpikir	15
Gambar 4. Alur Rancangan Penelitian.....	17
Gambar 5. Tes Servis Bawah	22
Gambar 6. Perolehan Nilai Servis Bawah Sebelum Penelitian.....	29
Gambar 7. Histogram Hasil Servis Bawah pada Siklus I	33
Gambar 8. Histogram Hasil Servis Bawah pada Siklus II	38
Gambar 9. Histogram Hasil Servis Bawah pada Siklus III	44
Gambar 10. Histogram Hasil Servis Bawah Penelitian	50
Gambar 11. Pencapaian Ketuntasan Belajar Servis Bawah Tiap Siklus	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 2. Surat Keputusan Pembimbing
- Lampiran 3. Usul Judul Penelitian
- Lampiran 4. Pengesahan Proposal
- Lampiran 5. Ujian Proposa
- Lampiran 6. Usul Penelitian
- Lampiran 7. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 8. Foto Gerbang Sekolah dan Peneliti
- Lampiran 9. Foto dengan Siswa
- Lampiran 10. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- Lampiran 11. Foto Pengambilan Data Siswa
- Lampiran 12. Tabel Hasil Penelitian
- Lampiran 13. Surat Keterangan Kepala Sekolah
- Lampiran 14. Kartu Bimbingan

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul "Peningkatan Pembelajaran Servis Bawah Melalui Ketinggian Net Bertahap dalam Permainan Bola Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri 161 Palembang." Tujuan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran servis bawah melalui ketinggian net bertahap dalam permainan bola voli mini siswa kelas V SD Negeri 161 Palembang. Penelitian menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek penelitian adalah siswa kelas V.A tahun pelajaran 2011/2012. Jumlah subjek penelitian adalah 27 orang, yang terdiri atas 12 orang laki-laki dan 15 orang perempuan. Penelitian ini dilakukan selama tiga siklus. Setiap siklus dimulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: 1) Pembelajaran servis bawah sebelum menerapkan ketinggian net bertahap dari segi hasil belajar masih kurang memuaskan, baik dari nilai servis bawah maupun aktivitas siswa dalam pembelajaran, 2) Penerapan ketinggian net bertahap dalam pembelajaran servis bawah melalui ketinggian net bertahap telah mampu meningkatkan aktivitas dan minat siswa dalam pembelajaran, hal ini dapat dilihat pada hasil aktivitas siswa selama pembelajaran yang menunjukkan peningkatan yang signifikan (nyata) pada setiap siklusnya, 3) Pembelajaran servis bawah melalui ketinggian net bertahap telah menunjukkan hasil yang baik, hal ini terlihat adanya peningkatan dari nilai rata-rata perolehan tiap siklus. Pada sebelum siklus penelitian diperoleh rata-rata 62,22, siklus I nilai rata-rata siswa mencapai 64,94, kemudian siklus II nilai rata-rata-ratanya sebesar 70,12, dan pada siklus III meningkat lagi yakni mencapai 76,54. Batas ketuntasan belajar siswa juga mengalami kenaikan, pada tes awal 55,56%, siklus I sebesar 62,96%, siklus II sebesar 74,07%, dan siklus III sebesar 88,89%.

Kata kunci: Bola voli mini, servis bawah, ketinggian net bertahap.

BAB I

PENDAHULUAN



1.1 Latar Belakang

Pembelajaran bola voli merupakan salah satu materi pembelajaran yang diberikan pada siswa kelas V pada semester genap. Kompetensi yang dicapai di antaranya adalah penguasaan teknik dasar. Penguasaan teknik dasar merupakan unsur yang penting dalam pembelajaran bola voli. Salah satu contohnya adalah servis. Servis ini merupakan suatu pukulan pembuka untuk memulai suatu permainan. Berbagai macam teknik dan variasi servis yang bisa dilakukan siswa dalam pembelajaran mulai servis yang sederhana sampai servis yang sukar dilakukan.

Tingginya net yang harus dilewati menyebabkan pembelajaran bola voli kurang efektif. Fenomena ini secara tidak langsung dapat mempengaruhi rendahnya kemampuan servis bawah bola voli. Selain itu, jarang sekali seorang guru menciptakan variasi-variasi pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan siswanya. Misalnya belajar servis menggunakan bola mini, bola plastik, belajar servis dari jarak dekat, atau dengan ketinggian net bertahap. Hal ini sangat penting untuk diperhatikan dalam pembelajaran keterampilan teknik dasar bola voli terutama untuk anak pemula. Kondisi yang tidak memungkinkan untuk membelajarkan siswa dengan sarana yang ada, menuntut guru berkegiatan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

Permainan bola voli merupakan permainan dengan menggunakan bola besar. Permainan bola voli pada hakikatnya adalah memvoli bola dengan menggunakan seluruh anggota badan dan menyeberangkan melewati net ke lapangan lawan. Permainan bolavoli merupakan permainan beregu dengan tujuan melewatkan bola secara teratur melalui atas net dan mencegah bola menyentuh lantai atau lapangan permainan. Setiap regu hanya boleh memvoli bola tiga kali dan tiap pemain tidak melakukan sentuhan dua kali berturut-turut, kecuali ketika melakukan bendungan

(*blocking*) (Suhadi, 2004:4).

Servis merupakan bagian dari teknik dasar yang pertama kali harus dikuasai siswa ketika ingin bermain voli. Ada dua jenis servis dalam bermain bola voli yaitu servis atas dan servis bawah, namun peneliti memilih servis bawah karena servis bawah lebih mudah dilakukan oleh siswa daripada servis atas. Meskipun pembelajaran servis bawah dianggap mudah dilakukan oleh siswa, namun kenyataannya hasil belajar mereka masih kurang optimal. Kemampuan servis bawah para siswa rata-rata masih rendah dan perlu ditingkatkan. Rendahnya kemampuan servis bawah tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya, apakah penguasaan teknik servis bawah belum baik, kemampuan fisik belum baik, atautkah metode mengajar yang dilaksanakan kurang tepat. Menghadapi kondisi yang demikian seorang guru harus mampu mengevaluasi dari semua faktor baik dari pihak guru sendiri atau pun dari pihak siswa.

Dari 27 orang siswa hanya 4 orang (15%) yang mempunyai kemampuan dalam melakukan servis bawah secara baik, sedangkan yang lainnya (85%) ada menyentuh net, tidak bisa melewati net, dan bolanya keluar garis (*out*). Ini menunjukkan bahwa kemampuan pukulan servis bawah siswa lemah dan tidak terarah. Hasil pengamatan awal peneliti di SD Negeri 161 Palembang diketahui bahwa rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan servis bawah disebabkan oleh salah satu faktor yaitu ketinggian net. Bola yang dipukul siswa tidak mampu melewati net dengan ketinggian standar 2,44 meter, sehingga mengalami kesulitan untuk melakukan servis bawah. Akibatnya, anak-anak kurang senang dengan olahraga bola voli apalagi bagi siswa putri. Untuk meningkatkan kemampuan servis bawah dapat digunakan latihan servis dengan ketinggian net bertahap. Dalam latihan ini ada pentahapan dari yang mudah ke yang sukar. Latihan tersebut memiliki karakteristik yaitu menggunakan jarak ketinggian net yang menekankan pada pentahapan tinggi net dari net yang rendah dan secara bertahap ditingkatkan sampai tinggi net standar.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada pembelajaran servis bawah melalui ketinggian net bertahap. Untuk itu, penelitian ini diberi judul: *"Peningkatan, Pembelajaran Servis Bawah melalui Ketinggian Net bertahap dalam Permainan Bola Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri 161 Palembang."*

1.2 Identifikasi Masalah

Masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Program pengelolaan pembelajaran teknik dasar servis bawah bola voli yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani di SD Negeri 161 Palembang kurang bisa menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif, dan menyenangkan. Hal ini disebabkan minimnya sarana penunjang yang secara tidak langsung menyebabkan terhambatnya kegiatan pembelajaran.
2. Pembelajaran yang telah dilaksanakan belum mampu menunjang pencapaian hasil belajar yang optimal, sehingga kemampuan servis bawah para siswa masih perlu ditingkatkan sambil menelusuri faktor-faktor penyebabnya.
3. Jarang sekali guru menciptakan variasi-variasi pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan siswanya. Misalnya belajar servis menggunakan bola mini, bola plastik, belajar servis dari jarak dekat, atau dengan ketinggian net bertahap.

1.3 Pembatasan Masalah dan Rumusan Masalah

1.3.1 Pembatasan Masalah

Masalah yang diteliti dibatasi sebagai berikut.

1. Pembelajaran servis bawah yang dilakukan siswa secara individu dengan cara melakukan pukulan bola voli di luar lapangan, kemudian bola diarahkan pada kotak-kotak yang telah diberi nomor sebagai penskoran.
2. Tindakan yang diberikan kepada siswa dalam setiap siklus adalah ketinggian net bertahap, mulai dari 190 cm, 200 cm, dan 210 cm. Ukuran net ini dipakai supaya

pembelajaran servis bawah dimulai dari yang mudah (dengan net terendah) sampai yang sukar (batas net tertinggi). Batas net tertinggi untuk permainan bola voli mini (untuk anak SD) adalah 210 cm.

1.3.2 Rumusan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini adalah: “Bagaimanakah peningkatan pembelajaran servis bawah melalui ketinggian net bertahap dalam permainan bola voli mini siswa kelas V SD Negeri 161 Palembang?”

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pembelajaran servis bawah melalui ketinggian net bertahap dalam permainan bola voli mini siswa kelas V SD Negeri 161 Palembang.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dimaksudkan:

1. Sebagai alternatif bagi guru pendidikan jasmani di SD Negeri 161 Palembang, untuk memperbaiki pembelajaran servis bawah permainan bola voli mini.
2. Sebagai masukan bagi kepala sekolah untuk meningkatkan pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga, khususnya permainan bola voli mini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2003. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cok, Richard H. 1980. *Teaching Volleyball*. Minneapolis: Bugess Publishing Company
- Depdiknas. 2003. *Petunjuk Tes Keterampilan Bola Voli Usia 13-15 Tahun*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2008. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hakim, Thursan. 2004. *Belajar secara Efektif*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hamalik, Oemar. 2002. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Kusyanto, Yanto. 1995. *Penuntun Belajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : Ganeca.
- Maryanto. 1993. *Teknik Dasar Permainan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud
- Mirman. 2002. *Pembinaan, Teknik, Taktik, dan Kondisi Bola Voli*. Jakarta: Gramedia
- Moekarto. 2002. *Bola Voli, Belajar dan Berlatih sambil Bermain*. Jakarta: Gramedia Puataka.
- Muhajir. 1996 *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk SMU Kelas I*. Jakarta: Erlangga
- Mulyasa, E.. 2004. *Kurikulum Berbasis Kompetensi: Konsep, Karakteristik, dan Implementasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Neville, William J. 1990. *Coaching Volleyball Succesfully*. Illionis: Lesisur Press
- Sagala, Syaiful. 2004. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Santoso, Singgih. 2005. *Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik*. Edisi 3. Jakarta: Gramedia.

- Sirodjudin. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. untuk SMU Kelas I (Jilid I)*. Bandung : PT. Grafindo Mendia Pratama.
- Slatneto. 2008. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyanto, Soedarwo dan Sunardi. 1998. *Kepelatihan Bola voli* . Surakarta: UNS Press.
- Suhadi. 2004. "Pengaruh Model Pembelajaran Bolavoli terhadap Kemampuan Kognitif Anak Sekolah Dasar" (artikel) pada *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 3, No.1, 2005*. Jakarta.
- Suharno, H.P. 1984. *Dasar-Dasar Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Negeri Yogyakarta
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syarifuddin, Aip dan Muhadi. 2003. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.
- Wibawa, Basuki. 2003. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Depdiknas.
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.