

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI
BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI
12 PALEMBANG.**

SKRIPSI

Oleh :

Nama : Ruslan Effendi
Nomor Induk Mahasiswa : 06097206009
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

PALEMBANG

2012

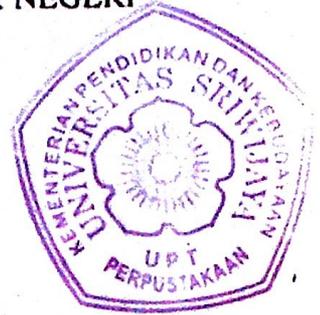
S.
796. 325. 07
Rus
P
2012

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI
BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI
12 PALEMBANG.**

SKRIPSI

Oleh :

Nama : Ruslan Effendi
Nomor Induk Mahasiswa : 06097206009
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



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

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING ATAS BOLA VOLI
MELALUI BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA PADA SISWA KELAS X
SMA NEGERI 12 PALEMBANG**

Skripsi Oleh :

RUSLAN EFFENDI

Nomor Induk Mahasiswa 06097206009

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui

Pembimbing I



Drs. Syafarudin, M.Kes
NIP. 195809051987031004

Pembimbing II



Dra. Marsivem, M.Kes
NIP. 195312121982032001

Disahkan
Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang



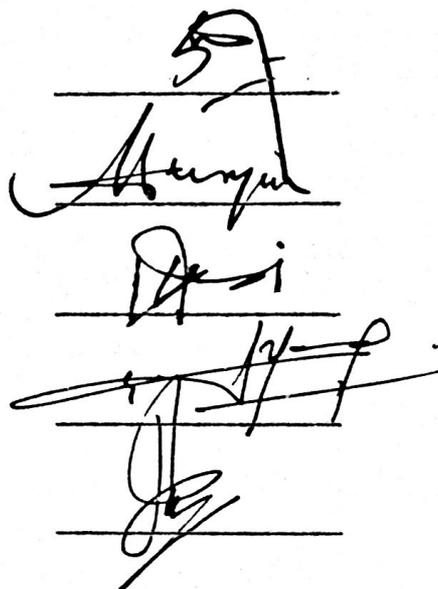
Dr. Sukirno
NIP. 195508101983031005

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Rabu
Tanggal : 25 April 2012

TIM PENGUJI

- 1. Ketua : Drs. Syafarudin, M.Kes
- 2. Sekretaris : Dra. Marsiyem, M.Kes
- 3. Anggota : Drs. Waluyo, M.Pd
- 4. Anggota : Drs. Syamsuramel, M.Kes
- 5. Anggota : Drs. H. Iyakrus, M.Kes



Palembang. 7 - 5 - 2012
Disetujui oleh
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



Drs. Waluyo, M.Pd
NIP. 19560124 198403 1 001

Kupersembahkan kepada :

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

- ❖ *Berbuatlah apa yang kamu bias tapi janganlah meremehkan orang*
- ❖ *Satu untuk semua semua untuk satu*

UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (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 Drs. Syafarudin, M.Kes dan Dra. Marsiyem, M.Kes sebagai pembimbing yang memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

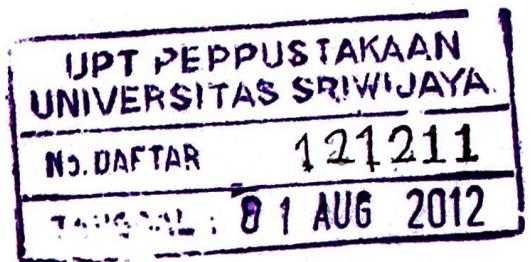
Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Drs. Waluyo, M.Pd, Drs. Syamsuramel, M.Kes, Drs. H. Iyakrus, M.Kes sebagai anggota penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.

Selanjutnya Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dra. Hj. Sugiahati, M.M, Kepala SMA Negeri 12 Palembang, yang telah memberikan bantuannya sehingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.

Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi pendidikan jasmani di SMA Negeri 12 Palembang.

Palembang, 2012

Ruslan Effendi



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 Identifikasi Masalah	2
1.3 Rumusan Masalah.....	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	3
1.5 Manfaat Penelitian.....	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Permainan bola voli.....	4
2.1.1 Sejarah permainan bola voli.....	4
2.1.2 Tehnik bola voli.....	5
2.1.3 Cara melakukan passing atas	5
2.1.4 Peraturan permainan bola voli.....	6
2.1.5 Lapangan dan peralatan Bola Voli	6
2.1.6 Pengertian bermain lempar tangkap bola	7
2.2 Hakekat pembelajaran	9
2.2.1 Pembelajaran	9
2.2.2 Unsur-unsur pembelajaran	9
2.2.3 Kerangka berpikir.....	10

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Subjek Penelitian.....	11
3.2 Jenis Penelitian.....	11
3.3 Rencana Penelitian.....	11
3.4 Prosedur Penelitian.....	11
3.5 Tempat dan pelaksanaan penelitian.....	12
3.6 Proses pelaksanaan penelitian.....	13
3.7 Tehnik Pengumpulan data.....	13
3.8 Tehnik Analisa Data.....	13
3.9 Instrumen Penelitian.....	14
3.10 Pelaksanaan Tindakan.....	14

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian.....	18
4.1.1 Gambaran lokasi penelitian.....	18
4.1.2 Data awal.....	18
4.1.3 Data hasil penelitian.....	19
4.1.3.1 Siklus pertama.....	19
4.1.3.2 Peningkatan gerakan passing atas siklus pertama.....	20
4.1.3.3 Refleksi siklus satu.....	21
4.1.4.1 Siklus dua.....	21
4.1.4.2 Peningkatan gerakan passing atas siklus dua.....	22
4.1.4.3 Refleksi siklus dua.....	23
4.2 Pembahasan.....	23
4.2.1 Pembahasan siklus satu.....	23
4.2.1.1 Peningkatan gerakan passing atas.....	23
4.2.2 Pembahasan siklus dua.....	24
4.2.2.1 Peningkatan gerakan passing atas.....	24

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	25
5.2 Saran.....	25

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

ABSTRAK

Judul penelitian yaitu peningkatan pembelajaran passing atas bola voli melalui bermain lempar tangkap bola pada Siswa Kelas X SMA Negeri 12 Palembang.

Permasalahan yang ditemui dalam penelitian siswa tidak dapat melakukan passing atas, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk peningkatan pembelajaran passing atas melalui permainan lempar tangkap bola pada siswa kelas X SMA Negeri 12 Palembang.

Metode yang di pakai melalui penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas X SMA Negeri 12 Palembang berjumlah 40 siswa. Penelitian berlangsung dari bulan 24 Februari sampai bulan 30 Maret 2012 di SMA Negeri 12 Palembang. Teknik pengumpulan data tes hasil belajar materi passing atas .

Pembahasan hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan terlihat melalui Data awal kriteria baik 5 siswa atau 12,5%, kriteria sedang 15 siswa atau 37,5%, kriteria kurang 20 siswa atau 50%. Pada siklus satu, latihan yang diberikan adalah permainan lempar tangkap bola, kemudian tes passing atas. Kriteria baik 9 siswa atau 22,5%, kriteria sedang 24 siswa atau 60%, kriteria kurang 7 siswa atau 17,5%. Pada siklus dua, latihan yang diberikan melanjutkan permainan lempar tangkap bola karena siklus satu masih ada siswa yang belum dapat melakukan passing atas dengan baik, lalu dilakukan tes kembali. Kriteria baik 16 siswa atau 40 %, kriteria sedang 20 siswa atau 50%, kriteria kurang 4 siswa atau 10 % sehingga dapat peningkatan passing atas pada siswa kelas X SMA Negeri 12 Palembang.

Simpulan akhir dari penelitian ini dengan permainan lempar tangkap bola dapat peningkatan passing atas dengan hasil akhir yang dicapai dari 40 siswa 4 orang siswa putri yang tidak dapat melakukan passing atas dengan baik, sedangkan 36 siswa dapat melakukan dan peningkatan passing atas.

Kata Kunci : *Bola Voli, Tindakan Kelas (Action Research), Passing Atas, Permainan lempar tangkap bola.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

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 anak menerima pelajaran dapat dilakukan dengan bermain dan meyenangkan, mau bergerak, Samsudin (2008:20)

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 semua kondisi dan masalah tersebut harus disikapi oleh seorang guru penjasorkes dengan arif dan bijak. Pendidikan jasmani yang bertujuan membentuk manusia secara utuh melalui unsur gerak dasar, seperti : berjalan, berlari, melompat dan melempar adalah sangat tepat, karena gerak dasar inilah yang menjadi pondasi bagi gerak seluruh cabang olahraga. Tehnik dalam permainan bola voli adalah servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, blok dan smes yang kesemuanya harus dikuasai seorang pemain bola voli agar prestasi maksimal dapat tercapai. (Abdul Hamid, Ugi Suprpto, dkk, 1994:79).

Pada pelajaran olahraga permainan bola voli materi passing atas, pelaksanaannya di SMA Negeri 12 Palembang khususnya siswa kelas X, berdasarkan hasil observasi guru penjaskes masih belum tercapainya tingkat ketuntasan yang diharapkan dari rencana pelaksanaan pembelajaran tersebut di atas karena siswa masih terlalu kaku, lemah dan tidak mempunyai kekuatan dan melakukan passing atas, untuk menyikapi 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. Gerakan passing atas dapat melatih kekuatan, kelenturan otot bahu, tangan dan punggung oleh guru penjas sendiri dengan jalan bermain lempar tangkap bola supaya siswa lebih cepat dapat melakukannya.

Berdasarkan data awal itulah peneliti dapat menyimpulkan sementara dari pelajaran passing atas data awal dari 40 siswa yang baik 20 siswa atau 50%, 5 siswa sedang atau 12,5%, 15 siswa kurang benar atau 37,5%. 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 permainan lempar tangkap bola perbaikan pembelajaran passing atas. Sehingga nantinya dapat menjadi acuan referensi tolak ukur guru penjaskes dalam melaksanakan pelajaran penjaskes di sekolah menengah atas, sebagai bentuk kreativitas melakukan inovatif untuk perbaikan aktivitas olahraga permainan bola voli. Data diambil saat jam pembelajaran penjas tahun 2012. Berdasarkan kenyataan tersebut maka peneliti bermaksud mengangkat permasalahan tersebut dan mendiskripsikan tulisan ini dengan judul, "Peningkatan pembelajaran passing atas bola voli melalui bermain lempar tangkap bola pada Siswa Kelas X SMA Negeri 12 Palembang".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah maka muncul beberapa pertanyaan yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Passing atas masih belum berhasil
- b. Siswa kurang bersemangat
- c. Siswa tidak dapat melakukan passing atas

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada Identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini apakah melalui bermain lempar tangkap bola dapat peningkatan passing atas pada siswa kelas X SMA Negeri 12 Palembang.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini apakah dengan melalui bermain lempar tangkap bola sehingga pembelajaran permainan bola voli pada siswa kelas X SMA Negeri 12 Palembang disenangi siswa.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat dipetik dari hasil penelitian ini adalah :

- 1.5.1 Bagi siswa, untuk menambah pengetahuan dan keterampilan tentang pelajaran bermain lempar tangkap bola dalam usaha peningkatan passing atas.
- 1.5.2 Bagi guru, untuk menambah wawasan dan pengetahuan sehingga menjadi acuan dan pedoman siswa dalam passing atas permainan bola voli melalui pelajaran bermain lempar tangkap bola.
- 1.5.3 Bagi peneliti, sebagai pengalaman dalam melatih permainan bola voli terutama pada passing atas dengan materi bermain lempar tangkap bola untuk peningkatan passing atas.
- 1.5.4 Sekolah, sebagai salah satu kontribusi untuk mengembangkan proses pembelajaran permainan bola voli

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Hamid. 1994. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta. PustakaMega
- Bachtiar. 2005. *Pendidikan Jasmani Teori dan Prakte SMA*. Jakarta. Erlangga
- Hardono. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta. PustakaMega
- Muhajir, 2004. *Pendidikan Jasmani Teori dan Prakte SMA*. Jakarta. Erlangga
- Oemar Hamalik. 1995. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta. Bumi Aksara
- Suharsimi Arikunto. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta
- Subagio. 1991. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta. Prenada Media Group
- Tamat. 2004. *Pendidikan Jasmani Teori dan Prakte SMA*. Jakarta. Yudhistira