



**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS
BOLA VOLI MELALUI METODE *DRILL* PADA
SISWA KELAS XI MA NU NAHDLATUL FATA
PETEKEYAN TAHUNAN JEPARA
TAHUN 2018**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

ZAIN MIFTAH HAIDAR

138010340

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM**

2018

PENGESAHAN KELULUSAN

Proposal skripsi dengan judul: “Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Metode Drill Pada Siswa Kelas XI MA NU Nahdlatul Fatah Petekeyan Tahunan Jepra Tahun 2018” yang disusun oleh :

Nama : Zain Miftah Haidar

Nim : 138010340

Telah dipertahankan dalam Ujian Proposal Skripsi di depan Dewan Penguji Proposal Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Pada Tanggal : 9 Januari 2018

Dewan Penguji Proposal Skripsi.

Semarang, 24 Januari 2018



Ketua

Muhlisin, M.Pd.

NPP: 10.11.1.0191

Penguji I



Liska Sukiyandari, M.Pd.

NPP.10.14.1.0208

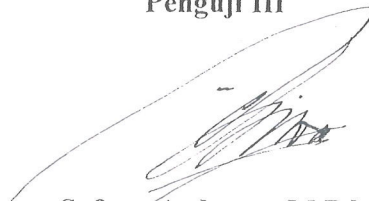
Penguji II



Lusiana, M.Pd.

NPP: 10.11.1.0197

Penguji III



Sofyan Ardyanto, M.Pd.

NPP.10.14.1.0298

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya ilmiah saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya ilmiah ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing dan masukan Tim Penguji.
3. Dalam karya ilmiah ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim.

Semarang, 6 Maret 2018

Yang membuat pernyataan



NIM. 138010340

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

1. Tiada kebahagiaan abadi kecuali kebahagiaan di akhirat nanti.
2. Tiada yang mudah di dunia ini, namun tiada yang tidak mungkin. Semua bisa diraih dengan usaha yang sungguh-sungguh dan do'a yang tulus.
3. Sebaik-baik manusia adalah yang mampu bermanfaat bagi sesama.

PERSEMBAHAN

1. Yang tercinta kedua orang tuasaya: Bapak Nur Khandir. Dan Ibu Niswatun Shofiyah, terima kasih atas segala dukungan, do'a dan kasih sayang, serta nasehatnya.
2. Adik saya Muhammad Yafis Hariefa yang selalu mendukung dan member semangat.
3. Sahabat PPLWH dan teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
4. Teman-teman PJKR angkatan 2013 dan Almamater FKIP UNWAHAS Tercinta.

ABSTRAK

Zain Miftah Haidar, 2018 “*Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Metode Drill Pada Siswa Kelas XI MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara Tahun 2018*”. **Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim. Dosen Pembimbing I Lusiana, M.Pd, Dosen Pembimbing II Sofyan Ardyanto, M.Pd.**

Kata Kunci : Metode Drill, Servis Atas Bola Voli, dan Hasil Belajar.

Proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani dan kesehatan (Penjaskes) yang ada di MA. NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara belum menunjukkan metode yang bermuara pada hasil belajar yang nyata atau konkret, sehingga banyak siswa yang terlihat bosan dan kurang bersemangat dalam pembelajaran bola voli tersebut. Oleh karena itu kiranya metode *drill* bisa dijadikan salah satu solusi dalam metode pembelajaran Penjaskes untuk memberikan variasi metode. Metode *drill* adalah kombinasi metode pembelajaran yang menekankan pada segi latihan fisik dan umpan balik.

Desain penelitian yang digunakan ialah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau sering disebut dengan *Classroom Action Research (CAR)* dengan jenis kolaboratif partisipatoris yaitu partisipasi antara guru, peneliti, dan siswa dalam proses pembelajaran. Penelitian ini dilakukan terhadap proses pembelajaran Penjaskes di MA. NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara Tahun 2018. Upaya peningkatan hasil belajar servis atas bola voli melalui implementasi metode *drill* pada siswa kelas XI MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara Tahun 2018.

Dalam praktik individual aktivitas siswa sangat baik, mendapat nilai rata-rata 86 dengan persentase 62 % artinya dalam praktik individual dengan baik mengikuti teknik yang diberikan oleh guru. Dari hasil observasi dalam pembelajaran pada Siklus II bahwa pada aktivitas siswa dalam pembelajaran berkategori baik dengan persentase 82 %. Hal ini menunjukkan bahwa pada Siklus II ini terjadi peningkatan pada aktivitas siswa bila dibandingkan dengan siklus I yaitu hanya 56% berkategori cukup baik, dan Siklus II 82% berkategori sangat baik.

Hasil belajar siswa pada Siklus II ketuntasan belajar klasikalnya mencapai 100 %, hasil belajar ini sudah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditentukan, karena berdasarkan belajar tuntas hasil belajar siswa dengan ketuntasan belajar klasikal > 80%.

ABSTRACT

Zain Miftah Haidar, 2018 *"Effort to Improving Students Learning Outcomes on overhand serves of Volleyball through Drill Method at the XI Grade Students of MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara in the Academic Year of 2018".* A Thesis, Department of Health Physical Education and Recreation, Teacher Training and Education Faculty of Wahid Hasyim University. Supervisor I Lusiana, M.Pd, Supervisor II Sofyan Ardyanto, M.Pd.

Keywords: Drill method, Overhand Pash Service and Learning Outcome.

Teaching and learning process of physical education and health (Penjasorkes) in MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara has not indicate the method leading to real or concrete learning outcomes, so many students are bored and lack in learning volleyball. Therefore, drill method can be one of the solutions in learning method of Penjasorkes to provide a variety of method. The drill method is a combination of learning methods that emphasizes on terms of physical exercise and feedback.

The research design used is "Penelitian Tindakan Kelas (PTK)" or Classroom Action Research (CAR) with participative collaborative type that is participation between teacher, researcher and students in learning process. This study was conducted on the learning process of physical and health education (Penjasorkes) in MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara in the academic year of 2018. Efforts to improve the learning outcomes of volleyball through the implementation of drill method at the eleventh grade of students MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara in the academic year of 2018.

In the individual practice of students activity it is very good to get an average score of 86 with percentage of 62% this means that in individual practice it is done well by the technique given by the teacher. From the result of the observation on the 2nd cycle that the activities of students in learning process are well categorized with percentage 82%. This shows that in 2nd cycle there is an increase in student activity when compared with the 1st cycle that is only 56% good enough categorize, and 2nd cycle 82% very good categorize.

Students learning outcomes in the 2nd cycle of classical learning completeness reached 100%, the result of this study has reached the success indicator that has been determined, based on the students learning outcomes of classical learning completeness > 80%.

KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Keberhasilan penulis dalam penyelesaian skripsi ini juga atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak, dengan rasa rendah hati penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Muhtarom HR, SH., MH., selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
2. Dr. Kardiyono, M.Pd. selaku Dekan FKIP yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
3. Kaprodi PJKR yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR FKIP UNWAHAS.
4. Dosen pembimbing 1. Lusiana, M.Pd yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Dosen pembimbing 2. Sofyan Ardyanto, M.Pd yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen FKIP UNWAHAS yang telah memberikan bekal pengetahuan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Kepala MA. NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara Bapak Drs. H. Nur Khandir yang telah memberikan izin dalam melakukan penelitian di madrasah yang dipimpinnya.
8. Guru ekstrakurikuer bola voli MA. NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara, Ma'ruf, S.E., AM.Pd. yang telah memberikan bantuan dalam terlaksananya penelitian.
9. Siswa peserta ekstrakurikuer bola voli MA. NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara yang telah bersedia sebagai sampel dalam penelitian.
10. Bapak dan Ibu serta adikku yang telah memberikan kasih sayang serta dukungan kepada penulis. Terima kasih atas segalanya.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan semuanya, atas bantuan, dukungan, dan kerjasama yang telah diberikan dalam penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan sesuai dengan kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di masa depan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, 6 Maret 2018

Peneliti,



ZAIN MIFTAH HAIDAR

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Metode <i>Drill</i>	8
2.1.1. Pengertian Metode <i>Drill</i>	8

2.1.2. Tujuan dan Manfaat Metode <i>Drill</i>	11
2.1.3. Langkah-langkah Metode <i>Drill</i>	11
2.1.4. Kelebihan dan Kekurangan Metode <i>Drill</i>	13
2.2 Studi Ekstrakurikuler Bola Voli MA NU Nahdlatul Fata ...	15
2.2.1 Pengertian Ekstrakurikuler Bola Voli MA. NU Nahdlatul Fata.....	15
2.2.2 Tinjauan Permainan Bola Voli.....	15
2.2.3 Teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli	17
2.2.3.1 <i>Service</i> Atas pada Permainan Bola Voli	18
2.2.4 Cara Meningkatkan Prestasi pada Permainan Bola Voli	23
2.3. Penelitian yang Relevan	26
2.4. Uraian Alasan Pemilihan/Penguatan Judul	28

BAB III METODE PENELITIAN

4.1. Metode Penelitian	30
3.1.1. Jenis dan Pendekatan Penelitian	30
3.1.2. Fokus Penelitian	33
3.1.2.1. Subjek dan Objek Penelitian	33
3.1.2.2. Lokasi Penelitian	34
3.1.3. Rencana Tindakan Penelitian	34
3.1.4. Teknik Pengumpulan Data	40
3.1.5. Teknik Analisis Data	43
3.1.6. Indikator Keberhasilan	46

BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Analisis Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Metode <i>Drill</i> pada Siswa Kelas XI MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara Tahun 2018	48
4.1.1. Deskripsi Data Pelaksanaan Tindakan Pra Siklus.....	48
4.1.2. Deskripsi Data Pelaksanaan Tindakan Siklus I	50
4.1.3. Deskripsi Data Pelaksanaan Tindakan Siklus II	64
4.2. Pembahasan Hasil Penelitian Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Metode <i>Drill</i> pada Siswa Kelas XI MA NU Nahdlatul Fata Petekeyan Tahunan Jepara Tahun 2018	75
4.2.1. Pemaknaan Temuan Penelitian	75
BAB V PENUTUP	
5.1. Kesimpulan	83
5.2. Saran	86
5.3. Penutup	87

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1. Jenis Resistensi yang digunakan dalam Latihan Kekuatan	25
Tabel 3.1.4.1 Contoh Tabel Lembar Observasi	41
Tabel 4.1 Rekapitulasi Nilai Praktik Servis Atas Bola Voli Siswa Pra Siklus	49
Tabel 4.2 Rekapitulasi Nilai Praktik Servis Atas Bola Voli Siswa Pasca Siklus I.....	53
Tabel 4.3 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I	55
Tabel 4.4 Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus I	59
Tabel 4.5 Hasil belajar Pada Siswa Siklus II	65
Tabel 4.6 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	68
Tabel 4.7 Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus II	71
Tabel 4.8 Rekapitulasi Hasil belajar Siswa Siklus I dan II	78
Tabel 4.9 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I dan II	79

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sikap Tangan Saat Melambungkan Bola ketika Melakukan Servis Atas	22
Gambar 2.2 Urutan Gerakan Servis Tangan Atas	23
Gambar 3.1 Siklus Penelitian Tindakan Kelas oleh Kemmis dan Taggart	32



DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Keputusan Pembimbing.....	90
2. Surat Ijin Penelitian.....	91
3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	92
4. Lembar Observasi Aktifitas Siswa	93
5. Lembar hasil Belajar Servis Atas Bola Voli melalui Metode Drill	95
6. Daftar Angket Siswa	97
7. Daftar Angket Wawancara dengan Guru	99
8. Dokumentasi	100

