



**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PASING BAWAH
BOLA VOLI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN
PADA SISWA KELAS X MAN DEMAK
TAHUN AJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan**

**Oleh :
Ahmad Mashuri
148010025**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM
TAHUN 2018**

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul “Upaya Peningkatan Hasil Belajar Pasing Bawah Bola Voli dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas X MAN Demak Tahun Ajaran 2017/2018” yang disusun oleh :

Nama : Ahmad Mashuri

NIM : 148010025

Program Studi : PJKR


Telah dipertahankan dalam Ujian Skripsi di depan Dewan Penguji Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim pada tanggal 28 November 2018.

Dewan Penguji Skripsi



Ketua

*Dr. Kardiyono, M.Pd
NPP. 10.11.1.024


Penguji II


Lusiana, M.Pd
NPP. 10.11.1.0197

Penguji I


Dr. H. Soekardi, M.Pd
NIP. 10.11.1.0103

Penguji III


Yudhi Purnama, M.Pd
NPP. 10.16.1.0364

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

- 1.) Karya tulis 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 tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penguji.
- 3.) Dalam karya tulis 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 di kemudian 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, 13 Agustus 2018

Yang Membuat Pernyataan



Ahmad Mashuri

148010025

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

Dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri.

(QS. al-Luqman. 19)

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- 1.) Ucapan syukur dan terimakasih kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan petunjuk dan kelancaran atas terselesaikannya skripsi saya.
- 2.) Keluarga besar terutama kedua orang tua saya Ayahanda (Suwarno) dan Ibunda (Saidah) Sebagai darma bakti, motivator terbesar dalam hidup saya, yang tak pernah lelah selalu memberi semangat dan selalu mendoakan agar memberikan pendidikan yang terbaik untuk saya.
- 3.) Kekasihku (Ulfa Uswatun H) yang selalu mendampingi, mendoakan dan menjadi patner terbaik saya dalam membuat skripsi.

ABSTRAK

Mashuri, Ahmad. 2018. “Upaya Peningkatan Hasil Belajar Pasing Bawah Bola Voli Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas X MAN Demak Tahun Ajaran 2017/2018”. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Pembimbing I: Lusiana, M.Pd. Pembimbing II: Yudhi Purnama, M.Pd.

Kata Kunci: Pasing Bawah Bola Voli, Permainan, Pendidikan Jasmani

Latar belakang penelitian ini adalah apakah ada peningkatan pasing bawah bola voli setelah diberikan dengan pendekatan bermain *3 on 3 volly ball* pada siswa kelas X MA Negeri Demak tahun ajaran 2017/2018?. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar pasing bawah dengan pendekatan bermain *3 on 3 volly ball* pada siswa kelas X MA Negeri Demak.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang terdiri atas dua siklus. Setiap siklus terdiri atas 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Adapun cara dalam penentuan sampel, penulis menggunakan cara *Cluster Random Sampling*. Hal ini dilakukan dengan cara mengambil subjek didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Penelitian dilakukan di MA Negeri Demak, dengan subyek penelitian kelas X IPA 5 dengan jumlah 40 siswa, 12 siswa putra dan 28 siswa putri.

Hasil penelitian pada siklus I diperoleh data dari pengamatan psikomotor rata-rata mencapai 68% (cukup) dan mengalami kenaikan pada siklus II mencapai 82% (baik), hasil dari kedua siklus tersebut kemudian dianalisis dengan rumus *Hake's Normalized Gain* dan mengalami peningkatan sebesar 0,43 dengan kriteria sedang. Data hasil pengamatan afektif pada siklus I mencapai 79% (cukup) pada siklus II mengalami peningkatan mencapai 88% (baik), setelah dianalisis mengalami peningkatan sebesar 0,37 dengan kriteria sedang. Dari hasil pemahaman siswa (kognitif) pada siklus I mencapai 72% (cukup) pada siklus II mengalami peningkatan mencapai 83% (baik), setelah dianalisis mengalami peningkatan sebesar 0,39 dengan kriteria sedang. Dari hasil data yang diperoleh maka dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran pasing bawah dengan menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Simpulan penelitian ini adalah model pembelajaran pasing bawah bola voli menggunakan permainan *3 on 3 volly ball* dapat meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas X IPA 5 di MA Negeri Demak. Dari simpulan diatas maka penulis menyarankan bagi guru penjas hendaknya menjadikan metode bermain sebagai alternatif pembelajaran yang dipandang mengasyikan oleh siswa.

ABSTRACT

Mashuri, Ahmad, 2018. "Efforts To Result Of Learning Underhand pass Volley Ball With A Play Approach In Class X Students Of The School Year 2017/2018", Essay, Study program Physical Education Health and Recreation. Faculty of Teacher Training and Education. Advisor I: Lusiana, M.Pd. Advisor II: Yudhi Purnama, M.Pd.

Keywords: Underhand Passing Volley Ball, Playing, Physical Education

The background of this research is there an increase in passing under volleyball after being awarded with the approach of playing 3 on 3 volleyball ball in class X State Demak MA 2017/2018 school year?. The purpose of this research is to improve learning outcomes under the approach passing playing 3 on 3 volleyball ball in class X State MA Demak.

The method used in this research is classroom action research (classroom action research) consisting of two cycles. Each cycle consists of four stages: planning, action, observation and reflection. The way in determining the sample, the authors used cluster random sampling method. This is done by taking a subject based on their specific purpose. The study was conducted in the State MA Demak, with research subjects in class X IPA 5 with a number of 40 students, 12 boys and 28 female student.

The results of the study in the first cycle data obtained from observations psychomotor reached an average of 68% (enough) and increased in the second cycle to 82% (good), the results of the second cycle are then analyzed with the formula Hake's Normalized Gain and increased by 0,43 criteria were. The data were affective in the first cycle was 79% (enough) in the second cycle increased reaching 88% (good), when analyzed increased by 0,37 with the criteria of being. From the results of students' understanding (cognitive) in the first cycle reaches 72% (enough) in the second cycle increased reaching 83% (good), when analyzed increased by 0,39 with the criteria of being.

Conclusions This study is under the passing learning model using the volleyball game 3 on 3 volley ball can improve learning outcomes in class X State MA IPA 5 in Demak. From the conclusion above, the writer suggests for physical education teachers should make learning alternative methods of playing as an exciting perceived by students.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat-Nya. Berkat karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Upaya Peningkatan Hasil Belajar Pasing Bawah Bola Voli Dengan Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas X MAN Demak Tahun Ajaran 2017/2018”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Univeritas Wahid Hasyim Semarang.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

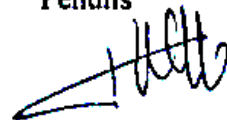
1. Prof. Dr. H. Mahmuhtarom HR, SH, MH Selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi FKIP PJKR Unwahas.
2. Dr. Kardiyono, M.Pd selaku Dekan FKIP yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di FKIP PJKR Unwahas.
3. Liska Sukiyandari M.Pd. selaku wakil Dekan FKIP yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh studi di PJKR Unwahas.
4. Lusiana, M.Pd selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi.

5. Yudhi Purnama, M.Pd., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi.
6. Seluruh dosen dan karyawan UNWAHAS khususnya dosen PJKR FKIP UNWAHAS yang telah banyak memberikan bimbingan dan ilmu yang sangat bermanfaat kepada penulis selama menempuh pendidikan.
7. Kepala MA Negeri Demak, guru penjas, beserta siswa yang telah banyak berkontribusi dalam penelitian dalam rangka penulisan skripsi.
8. Teman-teman mahasiswa, yang telah banyak memberikan dukungan dan motivasi sejak mengikuti studi sampai penyelesaian skripsi ini.
9. Orang tua, kakak beserta adik-adik atas doa serta dukungan dalam mendampingi sejak mulai studi hingga selesainya skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari akan segala keterbatasan dan kekurangan baik dari isi maupun tulisan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak masih dapat diterima dengan senang hati. Semoga skripsi ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran dan tentunya bermanfaat bagi semua. Amin.

Semarang, 13 Agustus 2018

Penulis



Ahmad Mashuri

148010025

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PENGESAHAN KELULUSAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Perumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Deskripsi Teoritik	9
2.1.1 Pembelajaran	9
2.1.2 Hasil Belajar	10
2.1.3 Pendidikan Jasmani	11

2.1.4 Permainan Bola Voli	13
2.1.5 Teknik Permainan Bola Voli	15
2.1.6 Karakteristik Siswa MA Negeri Demak	29
2.1.7 Permainan	31
2.1.8 Peranan Permainan bagi Perkembangan Fisik Motorik	36
2.2 Kajian Penelitian yang Relevan	38
2.3 Kerangka Berpikir	42
2.4 Hipotesis Penelitian	43
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Pendekatan Penelitian	44
3.2 Desasin Penelitian Tindakan	45
3.2.1 Siklus I	48
3.2.2 Siklus II	50
3.3 Populasi dan Sampel	52
3.3.1 Penentuan Populasi	54
3.3.2 Penentuan Sampel	54
3.4 Variabel Penelitian	54
3.4.1 Variabel Bebas	55
3.4.2 Variabel Terikat	55
3.5 Tempat dan Waktu Penelitian	55
3.6 Instrumen Penelitian	55
3.7 Prosedur Pengumpulan Data	62
3.7.1 Observasi	63

3.7.2 Wawancara	64
3.7.3 Kuesioner (Angket)	64
3.8 Teknik Analisis Data	64
3.8.1 Data Kuantitatif	65
3.8.2 Data Kualitatif	69
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Deskripsi Pelaksanaan Penelitian	70
4.2 Deskripsi Hasil Penelitian	71
4.2.1 Siklus I	74
4.2.2 Siklus II	78
4.2.3 Perbedaan Hasil Siklus I dan Siklus II	81
4.3 Pembahasan	82
4.3.1 Siklus I	83
4.3.2 Siklus II	87
4.3.3 Peningkatan Hasil Belajar	92
4.4 Kelemahan Dalam Penelitian	95
 BAB V PENUTUP	
5.1 Simpulan	96
5.2 Implikasi Hasil Penelitian	97
5.3 Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	101

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Hasil Penelitian Relevan.....	38
3.1 Lembar Penilaian Afektif	61
3.2 Penilaian K13.....	66
3.3 Kriteria Ketuntasan Belajar Minimal Penjasorkes	68
3.4 Rambu-rambu Analisis Hasil	69
4.1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas	70
4.2 Data Nilai Awal Hasil Belajar Pasing Bawah Bola Voli	72
4.3 Data Hasil Penilaian Siklus I	75
4.4 Hasil Ketuntasan Belajar Siklus I.....	77
4.5 Data Hasil Penilaian Siklus II	79
4.6 Hasil Ketuntasan Belajar Siklus II	80
4.7 Data Klasikal Siklus I dan Siklus II	81
4.8 Peningkatan Hasil Belajar Siswa	92
4.9 Perbandingan presentase kemampuan (Psikomotor).....	93
4.10 Perbandingan Pemahaman Siswa Dalam Pembelajaran (Kognitif)	93
4.11 Perbandingan Persentase Hasil Pengamatan Sikap (Afektif)	94
4.12 Perbandingan Nilai Rata-Rata Siswa	94

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Lapangan Bola Voli	15
2.2 Rangkaian Gerakan Servis Tangan Bawah	19
2.3 Rangkaian Gerakan Servis Atas Kepala	20
2.4 Tahapan Gerak Pasing Atas	22
2.5 Tahapan Gerak Pasing Bawah	24
2.6 Rangkaian Gerakan Smash	28
2.7 Gerakan Block Perorangan	29
2.8 Arena Permainan Modifikasi 3 On 3 Volly Ball	35
3.1 Alur Pelaksanaan Tindakan	46
4.1 Diagram Siklus I dan II	82
4.2 Prosentase Perbandingan Siklus I	86
4.3 Prosentase Perbandingan Siklus II	89
4.4 Prosentase Hasil Belajar Siswa	92

DAFTAR LAMPIRAN

Lamp.	Hal.
Lampiran 1. Surat Keputusan Dosen Pembimbing	102
Lampiran 2. Surat Observasi	103
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas	104
Lampiran 4. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	105
Lampiran 5. Daftar Nama Siswa X IPA 5 MA Negeri Demak	106
Lampiran 6. Data awal Nilai Siswa Kelas X IPA 5 MA Negeri Demak	108
Lampiran 7. Kuesioner (Angket)	110
Lampiran 8. Daftar Nama Petugas Penelitian	123
Lampiran 9. Jadwal Penelitian Siklus I dan Siklus II	124
Lampiran 10. RPP Siklus I	125
Lampiran 11. RPP Siklus II	137
Lampiran 12. Daftar Nilai Siklus I	152
Lampiran 13. Daftar Nilai Siklus II	154
Lampiran 14. Hasil Ketuntasan Belajar Pada Siklus I Dan Siklus II	156
Lampiran 15. Foto Dokumentasi	157