

MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI METODE PENJELAJAHAN GERAK PADA SISWA KELAS V SDN I MOJOROTO

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Pada jurusan PJKR FKIP UNP Kediri



Oleh:

AYU DIAH RUKMANA

11.1.01.09.0087

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI 2015



HALAMAN PERSETUJUAN

JUDUL

MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI METODE PENJELAJAHAN GERAK PADA SISWA KELAS V SDN I MOJOROTO

TAHUN AJARAN 2015/2016

Nama: AYU DIAH RUKMANA

NPM : 11.1.01.09.0087

Diterima dan disetujui

Tanggal: 15 Juli 2015

Oleh

Pembimbing 1

Drs.Sugito,M.Pd.

NIDN. 0004086001

Pembimbing 2

Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

NIDN. 072709580



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama

: AYU DIAH RUKMANA

NPM

: 11.1.01.09.0087

Fakultas / Prodi

: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan / Penjaskesrek

Judul Skripsi

: Meningkatkan kemampuan passing bawah pada permainan bola

voli melalui metode penjelajahan gerak pada Siswa Kelas V

SDN 1 Mojoroto Tahun Ajaran 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji pada tanggal 24 Agustus 2015 Dan dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua

: Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.

2. Penguji I : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

3. Penguji II: Drs. Sugito, M.Pd.





MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI METODE PENJELAJAHAN GERAK PADA SISWA KELAS V SDN I MOJOROTO

Ayu Diah Rukmana 11.1.01.09.0087

FKIP - PENJASKESREK

Drs. Sugito, M.Pd. dan Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Permasalahan dalam pada penelitian ini adalah Apakah melalui metode pembelajaran penjelajahan gerak dapat meningkatkan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SDN I Mojoroto? Untuk menjawab permasalahan di atas, peneliti melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) terhadap sekolompok siswa guna untuk mengetahui dengan menggunakan metode pembelajaran penjelajahan gerak. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN I Mojoroto sebanyak 16 siswa yang terdiri dari laki-laki 9 siswa dan perempuan 7 siswa. Indikator kinerja secara klasikal adalah 80% dan secara individu 75. Jika sudah mencapai target yang direncanakan dianggap berhasil dan selesai.

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan/observasi siswa dan guru, serta evaluasi materi yang akan diajarkan pada setiap siklus. Kemudian data dianalisis secara kuantitatif dan kualitataif. Berdasarkan analisis data maka dapat diketahui terjadi peningkatan pada kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SDN I Mojoroto, dari ratarata nilai pada observasi awal **64,30%**, pada siklus I menjadi **73,59%** dan siklus II **80,31%**.

Kata Kunci: Metode Pembelajaran Penjelajahan Gerak, Passing Bawah, Bola Voli.



I. LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani di lembaga-lembaga pendidikan di untuk antaranya ialah meningkatkan kemampuan murid melalui aktivitas jasmani yang diaplikasikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan suautu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan

Permainan bola voli sudah dikenal secara menyeluruh bahkan berkembang dengan pesat baik di Indonesia maupun di dunia. Pada saat ini olahraga bola voli bukan hanya merupakan olahraga rekreasi, tetapi sudah merupakan olahraga prestasi. Seperti yang dikemukakan oleh Suharno (1982:10), bahwa: "Bola voli pada sekarang ini tidak hanya merupakan olahraga rekreasi lagi, melainkan telah menjadi olahraga prestasi sehingga menuntut kualitas prestasi setinggitingginya". Karena ada tuntutan prestasi yang tinggi dan semakin berkembangnya permainan bola voli maka akan mengalami beberapa perkembangan baik secara teknik maupun taktik. Selain itu juga perlu dicari cara latihan yang efektif dan efesien, terutama untuk memilih dan menysun metode latihan yang baik, terutama untuk penguasaan teknik dasar yang sempurna sehingga prestasi yang diharapkan dapat tercapai (Yunus, 1992:5).

Berdasarkan pengamatan peneliti di SDN I Mojoroto khususnya pada siswa kelas V bahwa siswa masih kurang baik dalam penguasaan teknik bermain dalam bola voli terutama pada teknik pasing bawah. Hal itu dapat dilihat pada saat siswa bermain bola voli di lapangan sering kali bola yang dipasing tidak tepat mengarah ke toser atau pengumpan. Yang sering terjadi adalah bola keluar lapangan dan sulit diambil lagi untuk dimainkan. Peneliti disini hanya memfokuskan pada passing bawah karena passing bawah merupakan teknik dasar yang paling dominan dalam bola voli dengan metode pembelajaran penjelajahan gerak.

Metode pembelajaran penjelajahan dengan istilah gerak dikenal gaya penjelajahan dapat digunakan secara efektif untuk anak-anak pada tingkat sekolah dasar (Winarno, 2004:51). Metode ini dilaksanakan dengan cara siswa diberikan kesempatan untuk mengekplorasikan kemampuannya dalam melakukan passing bawah kemudian setelah selesai pembelajaran baru di evaluasi. Sehingga judul dalam penelitian ini adalah "Meningkatkan kemampuan passing bawah pada permainan bola voli melalui metode penjelajahan gerak pada siswa kelas V SDN I Mojoroto".

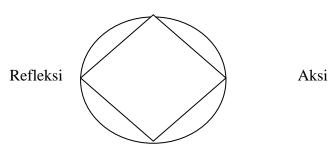
II. METODE

A. Rancangan Penelitian



 Desain atau Model Penelitian
 Penelitian Tindakan Kelas ini memakai desain penelitian dari Kurt Lewin (2006:21). Sebagaimana yang digambarkan berikut:

Perencanaan



Observasi

Gambar 3.1. Model PTK Kurt Lewin

2. Seting dan Subjek Penelitian

- a. Seting Penelitian

 Penelitian ini dilaksanakan di SDN

 I Mojoroto. Direncanakan selama
 dua siklus, dan setiap siklus terdiri
 dari empat tindakan, penelitian ini
 akan dilaksanakan sesuai prosedur
 penelitian yang ditetapkan. Adapun
 empat langkah yang dimaksud
 adalah perencanaan, pelaksanaan,
 observasi dan refleksi.
- b. Subjek Penelitian
 Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN I Mojoroto berjumlah 16 orang siswa, yang terdiri dari 9 orang laki-laki dan 7 orang perempuan. SDN I Mojoroto merupakan sekolah di mana tempat peneliti mengajar sehingga peneliti mengambil tempat penelitian di SDN I Mojoroto.
- 3. Rencana Tindakan

a. Perencanaan

- Peneliti menyiapkan instrumen penelitian berupa lembar observasi untuk siswa dan lembar observasi untuk guru (peneliti).
- 2) Menyiapkan perangkat pembelajaran (RPP)
- Menyiapkan media pembelajaran/sumber belajar yaitu bola voli, net, sempritan dan lapangan.
- 4) Peneliti mengajar siswa sekaligus sebagai pengobservasi pembelajaran siswa dan teman guru satunya sebagai pengobservasi peneliti.

b. Pelaksanaan Tindakan

Guru menjelaskan langkahlangkah pembelajaran teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli, Guru memberi contoh gerakan teknik dasar passing bawah dalam



permainan bola voli, Guru mengelompokkan siswa menjadi dua kelompok, Guru menyuruh siswa untuk melakukan gerakan passing bawah tiap-tiap kelompok, Guru menyuruh setiap siswa untuk melakukan gerakan passing bawah dalam permainan bola voli.

c. Observasi Tindakan

Lembar observasi siswa digunakan untuk mengobservasi pelaksanaan pembelajaran passing bawah yang dilakukan oleh peneliti dan lembar observasi kegiatan guru (peneliti) dipegang oleh teman sejawat (guru) di SDN I Mojoroto yang merupakan guru Penjaskes juga.

d. Refleksi

Kegiatan refleksi dilaksanakan setiap akhir pertemuan selama siklus I. Tahap ini merupakan tahap mengobservasi secara rinci segala hal yang terjadi di lapangan. Hasil refleksi selama siklus I tersebut digunakan peneliti sebagai dasar rencana perbaikan tindakan pada siklus II.

B. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Pengumpulan data penelitian dilaksanakan dengan cara mengobservasi terhadap pelaksanaan kegiatan pembelajaran passing bawah melalui metode pembelajaran penjelajahan gerak.

- 2. Cara Pengumpulan Data
 - a. Observasi
 - b. Catatan lapangan
- C. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data, peneliti lakukan secara deskriptif kualitatif berdasarkan hasil observasi terhadap proses dan hasil pembelajaran bola voli khususnya pada pasing bawah melalui metode pembelajaran penjelajahan gerak.

Adapun langkah-langkah analisis data mengacu pada Milles dan Hubermen (1992:16) sebagai berikut:

- Melakukan reduksi, dengan mengecek dan mencatat kembali data-data yang telah terkumpul.
- 2. Menyimpulkan apakah dalam tindakan terjadi peningkatan proses dan hasil pembelajaran atau tidak berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan peneliti.
- 3. Tahap tindak lanjut, yaitu merumuskan langkah-langkah perbaikan untuk siklus selanjutnya.
- 4. Untuk mendapatkan ketuntasan belajar pada siswa kelas V SDN I Mojoroto pada kemampuan pasing bawah, maka digunakan rumus:

Untuk mendapatkan ketuntasan individu dipergunakan rumus:



Nilai

 $= \frac{\text{Jumlah Skor yang Diperoleh}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100$

Untuk mendapatkan ketuntasan secara klasikal dipergunakan rumus:

Nilai =
$$\frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Siswa Keseluruhan}} \times 100$$

Sumber: Riyanto (1996:14)

5. Untuk mengevaluasi hasil tindakan, peneliti menggunakan standar penilaian kuantitatif 0-100, dengan rincian sebagai berikut:

Baik sekali (BS) = 90-100

Baik (B) = 75-89

Cukup Baik (CB) = 60-74

Kurang Baik (KB) = 40-59

Tidak Baik (TB) = 0-39.

Sumber: Sudijono (2003:40)

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. PEMBAHASAN

1. Observasi Awal

Rata-rata nilai keterampilan siswa melakukan pasing bawah disajikan pada tabel 4.1 berikut:

Tabel 4.1: Observasi Awal Kemampuan Pasing Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa Kelas V SDN I Mojoroto

No	Indikator Penilaian Kemampuan <u>Pasing Bawah</u> <u>dalam Permainan</u> Bola <u>Voli</u>		Rata-rata	Ket
	Kode	Aspek		
1	1	Posisi awal 1) Berdiri dengan kedua kaki dibuka	66,25	
		selebar bahu dan kedua lutut		
		direndahkan hingga berat badan tertumpu pada ujung kaki bagian		
		depan 2) Rapatkan dan luruskan kedua		
		lengan di depan badan hingga kedua	64,38	
2	2	ibu jari sejajar Posisi lengan	04,38	
		Dorongkan kedua lengan kearah datangnya bola bersamaan kedua		
		lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai		
		Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan	63,13	
3	3	Posisi badan dan pandangan 1) Badan condong ke depan		
		Pandangan mengikuti arah gerakan bola		
4	4	Posisi kaki pada saat melakukan pasing bawah	63,44	
		Tumit terangkat dari lantai Pinggul dan lutut naik serta kedua		
		lengan lurus		
Rata-rata			64,30	



Dengan hasil observasi awal yang telah dipaparkan, maka peneliti telah mendapat gambaran tentang kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SDN I Mojoroto yang akan ditingkatkan oleh guru dengan menerapkan metode pembelajaran penjelajahan gerak.

- 2. Siklus I
- a. Posisi awal memiliki rata-rata 75,31 termasuk dalam klasifikasi cukup baik.
- Posisi lengan memiliki rata-rata 73,13
 termasuk dalam klasifikasi cukup baik.
- Posisi badan dan pandangan memiliki rata-rata 72,50 termasuk klasifikasi cukup baik.
- d. Posisi kaki pada saat melakukan pasing bawah memiliki rata-rata 73,44 termasuk klasifikasi cukup baik.
- e. Rata-rata nilai indikator penilaian kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli adalah 73,59 termasuk dalam klasifikasi cukup baik.

Dengan hasil analisis data tersebut, maka pemberian tindakan akan dilanjutkan kembali pada siklus berikutnya, karena indikator kinerja yang telah ditetapkan sebelumnya belum tercapai melalui pelaksanaan siklus I. Adapun indikator kinerjanya adalah jika 80% dari jumlah siswa yang diberi tindakan kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli dengan nilai ketuntasan hasil belajar individu minimal 75. Sedangkan observasi awal yang telah dipaparkan, maka peneliti

telah mendapat gambaran tentang kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SDN I Mojoroto yang akan ditingkatkan oleh guru dengan menerapkan metode pembelajaran penjelajahan gerak.

- 3. Siklus II
- a. Posisi awal memiliki rata-rata 81,88 termasuk dalam klasifikasi baik.
- b. Posisi lengan memiliki rata-rata 79,69 termasuk dalam klasifikasi baik.
- Posisi badan dan pandangan memiliki rata-rata 79,38 termasuk klasifikasi baik.
- d. Posisi kaki pada saat melakukan pasing bawah memiliki rata-rata 80,31 termasuk klasifikasi baik.
- e. Rata-rata nilai indikator penilaian kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli adalah 80,31 termasuk dalam klasifikasi cukup baik.

Dari hasil analisis data diketahui bahwa peningkatan kembali terjadi pada kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli, hal ini ditandai dengan rata-rata nilai yang dicapai yakni 80,31% termasuk dalam kategori baik sesuai dengan indikator kinerja pada siklus II, maka penelitian ini tidak dilanjutkan lagi. Dan hipotesis tindakan yang diajukan diterima jadi melalui pembelajaran penjelajahan gerak dapat meningkatkan kemampuan pasing bawah



dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SDN I Mojoroto.

B. KESIMPULAN

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian tindakan pada siklus I terjadi peningkatan pada kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli melalui metode pembelajaran penjelajahan gerak, yang ditandai dengan peningkatan dari nilai rata-rata observasi awal 64,30% menjadi rata-rata nilai 73,59% pada siklus I. Akan tetapi peningkatan ini belum mencapai indikator yang ditetapkan dan pada siklus II, terjadi peningkatan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli siswa kelas V SDN I Mojorotomenjadi 80,31%.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Ateng, A. 1993. *Pendidikan Olahraga*. Jakarta: IKIP Jakarta.
- Dedeng, I.N.S. 1989. *Ilmu Pengajaran:* Takonomi Variabel. Jakarta: P2LPTK. Dirjen Dikti Depdikbud.
- Depdiknas. 2001. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Jakarta: Depdiknas.
- Kurt, Lewin. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: CV. Yrama Widya.

- Ma'mun, A & Subroto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Dikdasmen.
- Milles, M.B dan Hubermen, M,A. 1992. Analisis Data Kualitatif. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muhajir. 2004. *Pendidikan Jasmani Teori* dan *Praktek*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nurgiantoro. 2003. *Metodologi Research*. Yogyakarya: Universitas Gajah Mada.
- PBVSI. 2005. Peraturan dan Permainan Bola Voli. Jakarta: PP. PBVSI.
- Sudijono, A. 2003. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja

 Grafindo Persada.
- Suharno, H.P. 1982. *Dasar-dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2014.

 Panduan Penulisan Karya Tulis
 Ilmiah. Kediri: Universitas
 Nusantara PGRI Kediri.
- Wardhani, I dan Wihardit, K. 2009.

 **Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta:

 Universitas Terbuka.
- Winarno, M.E. 2004. Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta: Center for Human Capacity Development.
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*, Jakarta: Depdikbud.