

**PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN MELALUI METODE BERMAIN
DAN METODE DRILL TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN
PASSING BAWAH PESERTA EKSTRAKURIKULER SD NEGERI
WEDIWUTAH TAHUN 2014/2015**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta Untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana



Disusun Oleh :
KRISNA GIRINDRA PUTRA
07601241058

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015” yang disusun oleh Krisna Girindra Putra, NIM 07601241058 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Januari 2015
Pembimbing,



Jaka Sunardi, M.Kes
NIP. 19610731 199001 1 001

PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015” ini benar – benar karya penulis sendiri. Sepanjang pengetahuan penulis tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, penulis siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Januari 2015
Yang menyatakan,



Krisna Girindra Putra
NIM. 07601241058

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “ Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015” yang disusun oleh Krisna Girindra Putra, NIM 07601241058 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27 Januari 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Jaka Sunardi, M.Kes	Ketua Penguji		29-1-15
Aris Fajar Pambudi, M.Or	Sekretaris Penguji		29-1-15
Amat Komari, M.Si	Penguji I (Utama)		29-1-15
Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes	Penguji II (Pendamping)		29-1-15

Yogyakarta, 30 Januari 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

Hidup penuh dengan perjuangan, jangan menyerah untuk menggapai sebuah mimpi walaupun terasa berat dan berliku, percayalah bahwa sesuatu yang kita perjuangkan akan terasa indah pada akhirnya. (Penulis)

PERSEMBAHAN

Sebuah karya kecil ini kupersembahkan kepada :

1. Bapak dan Ibu (Bapak Sugiran, S.Pd, MM dan Ibu Tumirah) terimakasih atas segenap kasih sayang, perhatian dan pengorbanan yang tulus yang bapak dan ibu berikan untuk saya yang tidak akan tergantikan oleh suatu apapun.
2. Adikku Ferika Putra Girintaka terimakasih atas doa dan dukungannya.
3. Istriku Siti Sulaiakah terimakasih atas doa, kasih sayang dan dorongan semangat yang terus diberikan.

**PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN MELALUI METODE
BERMAIN DAN METODE DRILL TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN PASSING BAWAH PESERTA EKSTRAKURIKULER
SD NEGERI WEDIWUTAH TAHUN 2014/2015**

Oleh:
Krisna Girindra Putra
07601241058

Abstrak

Penguasaan teknik dasar *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 masih rendah, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kemampuan *passing* bawah melalui metode bermain dan metode *drill* kemudian membandingkan dari kedua metode tersebut yang lebih baik.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Populasi dari penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Gunungkidul, sejumlah 30 siswa. Pengambilan data menggunakan survey, dengan instrumen berupa tes. Tes yang digunakan adalah *Brumbach forearm pass wall volley test* yang telah dimodifikasi. Teknik analisis data menggunakan *t-test*, melalui uji prasyarat normalitas dan homogenitas.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan *passing* bawah melalui metode bermain sebesar 32,02% dan melalui metode *drill* sebesar 21,78%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa peningkatan kemampuan *passing* bawah melalui metode bermain lebih besar dibandingkan melalui metode *drill*.

Kata kunci: *passing bawah, metode bermain, metode drill, peserta ekstrakurikuler bola voli.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah S.W.T. karena atas limpahan rahmat-Nya penulis dapat mengatasi setiap masalah yang menghambat penulisan skripsi ini dan dengan rahmat-Nya pula peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat pada waktunya.

Berbagai pihak telah membantu penulisan mulai dari permulaan sampai akhir penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya apabila pada kesempatan ini peneliti memanfaatkan untuk penyampaian rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
2. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si., Ketua Jurusan POR, yang telah banyak memberikan kemudahan dalam penelitian ini.
3. Bapak Jaka Sunardi, M.Kes., Pembimbing Utama Tugas Akhir Skripsi yang selalu membimbing, membantu dan memotivasi penulis hingga skripsi ini selesai.
4. Bapak AM. Bandi Utama, DRS., M.Pd., Penasihat Akademik yang telah memberikan kelancaran dalam kuliah.
5. Bapak dan ibuku yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, pengertian, dan doa setiap hari, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
6. Karyawan UNY yang telah membantu dalam hal administratif.
7. Ibu Sri Siswidayani, S.Pd., Kepala sekolah SD Negeri Wediwutah, yang telah memberikan izin untuk pengambilan data.

8. Segenap siswa peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah yang telah berpartisipasi dalam proses pengambilan data.
9. Teman-teman PJKR (Afristian Ismadraga, Ibrahim, Aryo Budi Wibowo, Doni, Gita) yang telah menjadi sahabat-sahabat terbaikku.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu terselesaikannya penulisan Tugas akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat imbalan yang melimpah dari Allah S.W.T. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun selalu diharapkan demi perbaikan-perbaikan pada masa yang akan datang. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Yogyakarta, Januari 2015
Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Deskripsi Teori	10
1. Hakikat Peningkatan Kemampuan	10
2. Hakikat Permainan Bola Voli	11
3. Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	12
4. Permainan Bola Voli Mini	22
5. Karakteristik Siswa SD	23
6. Metode Bermain	24
7. Metode Drill	26
8. Pengertian Ekstrakurikuler	28
B. Penelitian yang relevan	29
C. Kerangka berpikir	30
D. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Desain Penelitian	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
C. Populasi Penelitian	37
D. Waktu dan Tempat Penelitian	38
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	38

F. Teknik Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Deskripsi Tempat Penelitian	44
2. Deskripsi data Penelitian	44
3. Analisis Data	49
B. Pembahasan	55
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Implikasi Hasil Penelitian	60
C. Keterbatasan Penelitian	60
D. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	64

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 1. Hasil Deskriptif Statistik	44
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nilai <i>Pretest</i> Metode Bermain	45
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Nilai <i>Posttest</i> Metode Bermain	46
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Nilai <i>Pretest</i> Metode <i>Drill</i>	47
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Nilai <i>Posttest</i> Metode <i>Drill</i>	49
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 7. Hasil Uji Homogenitas.....	51
Tabel 8. Hasil Uji Paired <i>t-test</i>	52
Tabel 9. Hasil Uji Independent <i>t-test</i>	53
Tabel 10. Hasil Peningkatan Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	54

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 1. Sikap Tangan Pemukul Pada <i>Passing</i> Bawah.....	17
Gambar 2. Sikap Perkenaan Bola <i>Passing</i> Bawah	17
Gambar 3. Instrumen Kecakapan <i>Passing</i> Bawah <i>Brumbach Forearm Pass</i> <i>Wall Volley Test</i> yang Telah Dimodifikasi	40
Gambar 4. Histogram <i>Pretest</i> Metode Bermain	46
Gambar 5. Histogram <i>Posttest</i> Metode Bermain	47
Gambar 6. Histogram <i>Pretest</i> Metode <i>Drill</i>	48
Gambar 7. Histogram <i>Posttest</i> Metode <i>Drill</i>	49

DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes	64
Lampiran 2. Daftar Hasil Tes Keseluruhan	65
Lampiran 3. Statistik Deskriptif	67
Lampiran 4. Frekuensi Data Penelitian	68
Lampiran 5. Prosentase Peningkatan kemampuan	70
Lampiran 6. Uji Normalitas	71
Lampiran 7. Uji Homogenitas	71
Lampiran 8. Uji <i>t-test</i>	73
Lampiran 9. Realibilitas	75
Lampiran 10. Validitas	75
Lampiran 11. Lampiran Administrasi Penelitian	76
Lampiran 12. Jadwal Kegiatan <i>Treatment</i> Metode Bermain	80
Lampiran 13. Jadwal Kegiatan <i>Treatment</i> Metode <i>Drill</i>	99
Lampiran 14. Lampiran Dokumentasi Penelitian	119

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan proses merubah perilaku dari yang belum tahu menjadi tahu. Salah satu tempat untuk mendapatkan pendidikan adalah di sekolah, mulai dari Taman Kanak – Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA) hingga Perguruan Tinggi. Pendidikan di sekolah mempunyai banyak komponen. Komponen yang terkandung di dalam pendidikan di sekolah antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, proses belajar mengajar dan lingkungan sekolah. Diantara komponen- komponen tersebut, yang paling penting dalam menanamkan ilmu adalah komponen kurikulum.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang tecantum dalam kurikulum di sekolah. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, ketrampilan motorik, ketrampilan berfikir dan kecerdasan emosi dan sosial.

Dalam pendidikan jasmani terdapat materi bermain bola voli. Permainan bola voli adalah salah satu bentuk permainan yang berkembang pesat dikalangan masyarakat. Permainan ini sangat menyenangkan dan murah untuk kalangan masyarakat, karena peralatan yang dibutuhkan tidak terlalu mahal dan mudah

dicari ataupun dibuat. Permainan beregu ini hanya membutuhkan lapangan, net, bola voli dan garis lapangan, dengan demikian maka permainan bola voli sudah dapat dilakukan.

Permainan beregu yang memakai beberapa pemain dalam satu permainan membuat permainan bola voli digemari kalangan masyarakat baik tua, muda dan anak – anak baik laki – laki maupun perempuan. Dengan semakin berkembangnya permainan bola voli, maka semakin berkembang pula minat masyarakat untuk lebih aktif dalam membina permainan bola voli dengan dibentuk sebuah klub kalangan masyarakat maupun di dalam instansi pendidikan.

Dengan dibentuknya wadah pembinaan ini, diharapkan dapat menyalurkan bakat dan minat seseorang dalam menekuni bola voli khususnya bagi kalangan anak – anak usia pertumbuhan produktif seperti anak – anak Sekolah Dasar (SD). Dengan dilakukannya pembinaan usia dini, diharapkan siswa mampu untuk mempelajari dan menguasai dasar permainan bola voli sehingga mampu memainkan permainan bola voli dengan baik.

Di sekolah, permainan bola voli merupakan salah satu komponen yang tercantum di dalam kurikulum mata pelajaran pendidikan jasmani. Mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu wadah bagi siswa untuk mengembangkan ketrampilan gerakanya sehingga dapat memacu tumbuhnya prestasi dimasa yang akan datang.

Pendidikan jasmani merupakan bentuk pengembangan sikap, perilaku, kecerdasan berpikir maupun kecerdasan gerak sehingga sangat menunjang di dalam proses belajar mengajar. Walaupun pendidikan jasmani tidak masuk dalam

Ujian Akhir Nasional, namun pemahaman akan nilai – nilai pendidikan jasmani sangatlah penting untuk dikuasai oleh para siswa karena sangat banyak manfaat yang terkandung di dalam pendidikan jasmani.

Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, bola voli hanya mendapat porsi 3 sampai 4 kali pertemuan dalam satu semester, sehingga dengan waktu yang sangat terbatas ini akan sangat sulit bagi siswa untuk menguasainya. Keadaan ini semakin diperparah lagi dengan mata pelajaran pendidikan jasmani hanya mendapat jatah 1 kali dalam 1 minggu untuk setiap kelas. Oleh sebab itu, guru pendidikan jasmani diharapkan mampu membuat suatu inovasi agar siswa dapat menguasai ketrampilan dasar permainan bola voli dengan waktu yang sangat terbatas ini.

Pada usia siswa Sekolah Dasar (SD) pembelajaran ketrampilan dasar merupakan tahapan awal yang didapat oleh setiap pemula dalam mempelajari setiap cabang olahraga. Kualitas ketrampilan yang belum maksimal dirasa memang wajar bagi para siswa SD ini, paling tidak pada tahap ini mereka memang masih dalam tahapan belajar teknik dasar permainan bola voli. Dengan diadakannya ekstrakurikuler permainan bola voli ini dapat menambah kualitas ketrampilan yang dimiliki oleh para siswa dalam menguasai teknik dasar permainan bola voli.

Ketrampilan siswa SD dalam menguasai *passing* bawah relatif masih dalam tahap pembelajaran yang belum sempurna. Belum sempurnanya teknik yang dimiliki siswa SD dalam melakukan permainan bola voli memicu

diadakannya ekstrakurikuler. Dengan diadakannya ekstrakurikuler diharapkan dapat membantu menutupi kekurangan jam pembelajaran di sekolah.

Ketrampilan dasar merupakan hal yang harus dikuasai apabila ingin benar-benar menguasai teknik lanjut di dalam cabang olahraga tidak terkecuali dalam permainan bola voli. Untuk dapat mencapai tingkat ketrampilan yang baik maka perlu adanya sebuah kemampuan individu untuk dapat menguasai sebuah gerakan yang diajarkan .

Oleh sebab itu dibutuhkan waktu khusus untuk dapat meningkatkan ketrampilan dasar siswa. Salah satu cara adalah dengan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran guna memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai – nilai pengetahuan dalam berbagai hal seperti pengetahuan tentang olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler juga dapat dijadikan sebagai tempat untuk menampung dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh para siswa yang belum tersaji apabila mengandalkan jam pelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Proses kegiatan ekstrakurikuler yang telah dilaksanakan masih belum menunjukkan hasil yang maksimal karena sampai saat ini belum ada hasil yang membanggakan. Dalam setiap event yang diikuti, SD Negeri Wediwutah hanya sebatas berpartisipasi sebagai peserta dengan hasil kurang memuaskan karena selalu gagal di babak awal.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan teknik dasar bola voli. Rendahnya kemampuan *passing* bawah siswa perlu ditelusuri penyebabnya.

Apakah karena penguasaan teknik dasar yang kurang baik, kemampuan fisik yang tidak mendukung atau metode mengajar yang kurang efektif.

Untuk meningkatkan ketrampilan siswa Sekolah Dasar (SD) dengan metode latihan *drill* akan sangat sulit diterima siswa karena pada usia Sekolah Dasar (SD) anak – anak masih senang dengan permainan. Oleh sebab itu, untuk meningkatkan kemampuan siswa, guru dituntut untuk dapat mengembangkan sebuah metode permainan yang dapat meningkatkan ketrampilan siswa dalam cabang olahraga tertentu.

Dalam permainan bola voli, *passing* bawah dan *passing* atas adalah teknik dasar yang harus dikuasai. Dalam pelaksanaan latihan di butuhkan suatu metode yang menarik minat siswa agar aktif mengikuti sehingga secara tidak sadar siswa tersebut dapat menguasai teknik yang diajarkan. Dalam metode *drill* siswa melakukan gerakan yang monoton sehingga mudah merasa bosan dalam mengikuti latihan. Oleh sebab itu guru wajib mencari metode lain yang dapat menarik minat siswa dalam mengikuti latihan. Salah satu metode adalah metode bermain. Dalam metode bermain ini siswa akan lebih aktif bergerak karena siswa masih sangat menyukai permainan. Dengan aktif bergerak ini diharapkan secara tidak sadar siswa akan mampu menguasai teknik yang di ajarkan.

SD Negeri Wediwutah telah melaksanakan Ekstrakurikuler menggunakan metode *drill*. Tetapi hasil yang diperoleh masih belum maksimal, ini dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. Metode *drill* menekankan pada pengulangan gerak yang terus menerus sehingga dapat menyebabkan peserta ekstrakurikuler menjadi bosan yang akan berakibat penguasaan teknik dasar yang

tidak maksimal. Oleh sebab itu peneliti mencoba menerapkan metode bermain dalam kegiatan ekstrakurikuler di SD Negeri Wediwutah yang diharapkan dapat meningkatkan minat peserta ekstrakurikuler dalam mengikuti pelatihan bola voli. Metode bermain lebih menekankan permainan dalam proses pelatihan sehingga siswa merasa senang dan tidak bosan sehingga tanpa disadari telah melatih teknik dasarnya.

Metode *drill* dan metode bermain adalah dua metode yang mempunyai karakteristik berbeda. Masing – masing metode memiliki kelebihan dan kekurangan. Sehingga peneliti ingin mencoba menerapkan kedua metode tersebut dalam ekstrakurikuler di SD Negeri Wediwutah. Peneliti ingin mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler melalui metode bermain dan metode *drill*. Sehingga peneliti dapat mengetahui dan membandingkan dari kedua metode tersebut mana yang lebih efektif diterapkan dalam ekstrakurikuler di SD Negeri Wediwutah.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah masih rendah.

2. Metode *drill* yang digunakan dalam kegiatan ekstrakurikuler belum memberikan hasil yang maksimal.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini menjadi lebih fokus serta keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian, maka permasalahan yang ada perlu dibatasi. Oleh karena itu, penelitian ini hanya akan membahas tentang Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh latihan melalui metode bermain terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.
2. Adakah pengaruh latihan melalui metode *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.
3. Adakah perbandingan pengaruh latihan melalui metode bermain dan metode drill terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui adakah pengaruh latihan melalui metode bermain terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.
2. Untuk mengetahui adakah pengaruh latihan melalui metode *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.
3. Untuk mengetahui adakah perbandingan pengaruh latihan melalui metode bermain dan metode *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi guru dalam proses belajar mengajar maupun ekstrakurikuler.
 - b. Dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti tentang karya ilmiah untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.
 - c. Dapat memberikan bukti secara ilmiah peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain.

- d. Dapat memberikan bukti secara ilmiah peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode *drill*.
- e. Dapat memberikan bukti secara ilmiah perbandingan peningkatan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain dan metode *drill*.

2. Manfaat Praktis

a. Guru Pendidikan Jasmani

1. Memberi gambaran peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain.
2. Memberi gambaran peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode *drill*.
3. Memberi gambaran metode mana yang lebih efektif diterapkan dalam ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015.

b. Siswa

Dapat mengetahui sejauh mana kemampuan *passing* bawahnya masing – masing, sehingga siswa dapat terpacu untuk meningkatkan kemampuannya.

c. Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk program selanjutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakekat Peningkatan Kemampuan

Peningkatan menurut Depdikbud (1997 : 1060) merupakan proses, perbuatan, cara meningkatkan (usaha, kegiatan). Kemampuan merupakan kesanggupan, kecakapan, kekuatan: kita berusaha dengan diri sendiri untuk melakukan sesuatu: kekayaan yang dimiliki, (Depdikbud,1997:546). Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa peningkatan kemampuan adalah suatu proses perbuatan atau cara dengan didasari kesanggupan dan kecakapan untuk melakukan suatu potensi yang dimilikinya.

Peningkatan Kemampuan adalah suatu penambahan atau perkembangan ketrampilan kearah yang baik dimana penambahan atau perkembangan ketrampilan tersebut diperoleh dari metode latihan yang terstruktur dan bertahap (Widodo Santoso, 1995)

Peningkatan kemampuan dapat dipicu dari faktor eksternal maupun faktor internal. Faktor eksternal dapat berupa bimbingan yang dilakukan oleh guru, teman yang mendukung kegiatan tersebut dan mempunyai waktu yang cukup. Sedangkan faktor internal berupa kemauan dari dalam diri siswa untuk menguasai gerakan yang diajarkan.

Berdasarkan kedua pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa peningkatan kemampuan adalah proses perbuatan yang didasari kecakapan

dan metode yang terstruktur dan bertahap untuk mengembangkan potensi yang dimiliki untuk mendapat hasil yang maksimal.

2. Hakekat Permainan Bola Voli

Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895 di kota Holyoke, dia adalah seorang guru pendidikan jasmani pada *Youngmen Cristian Association* (YMCA). Dalam pembelajaran bola voli, selain dapat meningkatkan pengetahuan siswa ternyata juga dapat meningkatkan ketrampilan siswa. Permainan bola voli adalah permainan yang dilakukan secara beregu, dimainkan oleh dua tim yang dimana setiap tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam satu lapangan persegi empat yang lebarnya 9 m dan panjangnya 18 m dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net (Bonnie Robinson, 1997 : 12).

Barbara L. Viera (2004 : 2) mengemukakan bahwa “permainan bola voli dimainkan oleh dua tim dimana dalam setiap tim beranggotakan 2 sampai 6 orang pemain di dalam satu lapangan yang berukuran 9 m persegi bagi setiap tim dan posisi kedua tim dipisahkn oleh net. Pada umumnya permainan bola voli merupakan perminan beregu namun sekarang permainan bola voli dibagi menjadi dua macam yaitu permainan bola voli pantai yang beranggotakan 2 orang dan permainan bola voli indoor yang beranggotakan 6 orang”.

Menurut Suharno HP (1979 : 1-2) permainan bola voli adalah jenis permainan yang dapat dimainkan oleh anak – anak dan orang dewasa, permainan bola voli pada dasarnya berpegang pada dua prinsip

yakni teknis dan psikis. Yang dimaksud dengan prinsip teknik dimana pemain memasing bola dengan bagian badan pinggang ke atas hilir mudik di udara melewati net agar dapat menjatuhkan bola di daerah lapangan lawan. Sedangkan prinsip psikis adalah pemain bermain dengan keadaan senang dan melakukan kerjasama dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim yang dipisahkan oleh sebuah net dan dengan ukuran lapangan 9 X 18 m yang dimana setiap tim berusaha menjatuhkan bola di dalam lapangan permainan lawan.

3. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Menurut Nuril Ahmadi (2007 : 20) permainan bola voli merupakan permainan yang kompleks yang tidak mudah untuk dimainkan oleh semua orang, sebab dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerakan yang benar – benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada di dalam permainan bola voli. Permainan bola voli memiliki tingkat kesulitan tersendiri dimana setiap orang tidak dapat untuk memainkan bola di dalam lapangan dikarenakan harus memiliki teknik yang cukup baik.

Menurut Aip Syarifudin dan Muhadi (1991 : 187-193) dalam skripsi Wisma Nugraeni (2009) menyatakan bahwa dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar diantaranya : *service*, *passing* atas, *passing* bawah, *smash* dan *block*.

a. *Servis*

Servis merupakan pukulan permulaan yang dilakukan oleh pihak – pihak yang berhak dalam melakukan *servis* untuk memulai menghidupkan bola ke dalam permainan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992 : 187 dalam skripsi Wisma Nugraeni, 2009).

Servis merupakan pukulan permulaan untuk memulai suatu permainan yang dilakukan dari daerah *servis* di belakang lapangan di bagian sebelah kanan selebar 3 meter dengan panjang ke belakang tidak terbatas. M. Yunus (1992: 137).

Servis juga merupakan pukulan bola yang dilakukan dari garis belakang lapangan permainan (daerah *servis*) melampaui net ke daerah lawan. M.Mariyanto, Sunardi, dan Agus Margono (1994:114)

Menurut Nuril Ahmadi (2007 : 20) *servis* adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *sevis* merupakan pukulan permulaan yang dilakukan dari garis belakang (daerah *servis*) dengan syarat melampaui net ke daerah lawan.

b. *Passing*

Passing merupakan sebuah upaya yang dilakukan oleh seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoper bola yang sedang dimainkannya kepada teman dalam satu timnya untuk dimainkan dilapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007 : 22).

Menurut Suharno HP (1979 : 15) *passing* adalah upaya yang dilakukan oleh seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang bertujuan untuk mengoper bola yang dimainkannya kepada teman – teman dalam satu timnya di area lapangan sendiri.

Menurut M. Yunus (1992 : 79) *passing* adalah gerakan mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu tim dengan menggunakan teknik tertentu yang digunakan sebagai teknik awal untuk menyusun pola serangan kepada lawan.

Passing sendiri ada 2 jenis yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

1) *Passing* Bawah

Passing bawah merupakan gerakan pengambilan bola dimana biasanya posisi bola berada di bawah badan yang biasanya dilakukan dengan kedua tangan bagian bawah juga, dari siku dan pergelangan tangan yang dirapatkan baik untuk dioperkan kepada teman maupun langsung kepada lawan (Aip Syarifudin dan Mahmudi, 1992 : 198 dalam skripsi Wisma Nugraeni, 2009).

Di dalam buku Bagaimana Bermain Bola Volley (1970 : 3 – 4) *passing* bawah memiliki berbagai macam cara di antaranya:

a. The Dig

Kedua ibu jari sejajar dan jari – jari tangan yang satu membungkus jari – jari tangan yang lain. Nama ini dari Amerika.

b. Pass Rusia

Kedua ibu jari sejajar dan ujung ibu jari – jari kedua tangan bersentuhan. Pencipta nama itu adalah V. Hubert Dhamaraj dari Madras (India) yang melihat cara pemain Rusia menggunakannya dalam memainkan bola yang dipukul rendah.

c. Pass Ganda Dari Bawah

Sikap lengan dan tangan seperti pada pass dari atas tetapi posisi pergelangan dan telapak tangan menghadap ke atas. Ada yang dengan jari – jari terbuka ada juga dengan jari – jari rapat.

d. Jari – Jari Saling Menyilang Berbentuk Tinju

Bentuknya mirip dengan The Dig hanya jari – jari kedua tangan menyilang.

e. Punggung Tangan

Sikap ini adalah sebaliknya daripada *double pass*. Jadi yang menghadap keatas adalah kedua punggung tangan.

f. Mengemis

Kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan punggung satu tangan menempel pada telapak tangan lainnya dan dijepit oleh ibu jari.

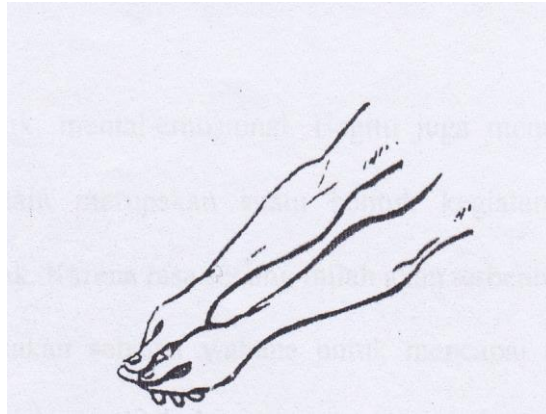
Beberapa kesalahan yang sering dilakukan pada saat *passing* bawah adalah:

- a. Ketika menerima bola lengan terlalu tinggi, kemudian lanjutan lengan berada di atas bahu.
- b. Lengan terpisah sesaat sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola.
- c. Bola mendarat di lengan bagian siku
- d. Lutut tidak di tekuk.

Menurut Suharno HP (1979: 17) ada beberapa tahap dalam melakukan *passing* bawah, yaitu:

Sikap permulaan

Ambil posisi sikap normal yaitu posisi berdiri dengan posisi salah satu kaki berada di depan kaki yang lain. Lutut ditekuk, badan agak condong sedikit ke depan dengan tangan siap berada di depan badan. Pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan juga serta tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan lurus. Siku tidak boleh ditekuk, kedua lengan merupakan papan pemukul yang selalu lurus keadaannya.

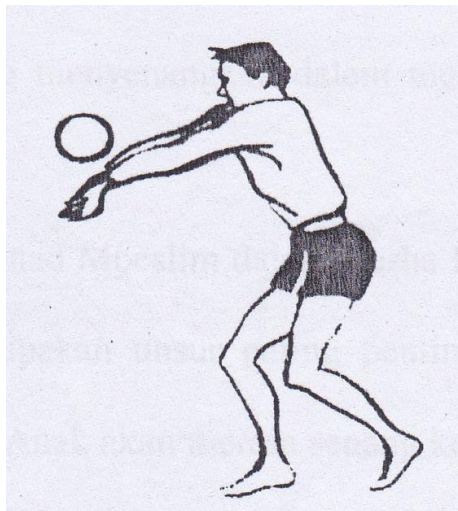


Gambar 1. Sikap tangan pemukul pada *passing* bawah.

Sumber: Suharno HP (1979:17)

Sikap saat perkenaan

Pada saat akan mengenakan bola sikap tubuh harus dalam keadaan siap terhadap bola, begitu bola berada pada jarak yang tepat maka segeralah ayunkan lengan yang telah lurus ke arah bola, usahakan perkenaan bola tepat dibagian proximal dari pergelangan tangan agar pantulan bola akan melambung dengan sudut pantul 90^0 sehingga bola akan mudah diterima oleh teman satu timnya.



Gambar 2. Sikap saat perkenaan bola *passing* bawah.

Sumber: Suharno HP (1979: 17)

Sikap akhir

Setelah bola berhasil di pass bawah maka segera diikuti pengambilan sikap siap normal kembali dengan tujuan agar dapat menyesuaikan diri dengan keadaan.

Teknik *passing* bawah merupakan teknik dasar yang paling pertama dipelajari dalam permainan bola voli dikarenakan teknik ini merupakan teknik yang paling mudah. Teknik *passing* bawah adalah teknik pengambilan bola dengan menggunakan kedua bagian tangan, yakni perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman satu timnya untuk memainkan bola dilapangan sendiri atau digunakan sebagai awalan untuk melakukan serangan. Teknik *passing* bawah adalah salah satu cara untuk menerima servis atau serangan lawan, karena dengan menggunakan *passing* bawah setiap pemain masih dapat dengan mudah untuk mengarahkan laju bola. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik yang paling penting, karena *passing* merupakan teknik yang paling utama dalam permainan bola voli.

2) *Passing* Atas

Passing atas adalah di mana seorang membagikan bola atau mengoper bola dengan menggunakan jari – jari tangan baik kepada kawan sendiri maupun langsung ditujukan ke lapangan lawan melalui atas jaring (Aip Syarifudin, 1992 : 190 dalam skripsi Wisma Nugraeni, 2009).

Barbara L. Viera (2004: 51) menyatakan bahwa “Mengumpan adalah sebuah operan *overhead* yang dilakukan untuk menempatkan bola pada suatu posisi kepada penyerang”. Operan *overhead* dapat digunakan untuk menerima bola yang lebih tinggi dari bahu.

Di dalam buku Bagaimana Bermain Bola Volley (1970 : 5-6) cara melakukan *passing* atas adalah jari – jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan berbentuk mangkok dengan kedua telapak tangan hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk dan satu kaki di muka yang lainnya. Siku lengan ditekuk hingga tangan berada di depan muka setinggi hidung. Sudut antara siku dan badan 45^0 . Bola disentuhnya dengan meluruskan kedua kaki dan kedua siku bersamaan. Sikap pergelangan tangan dan jari – jari tangan tidak berubah.

Dalam mempelajari teknik *passing* atas sering dijumpai kelemahan – kelemahan sebagai berikut:

- a. Siku terlalu rapat dengan badan hingga jari – jari menunjuk ke atas.
- b. Ibu jari menunjuk ke depan.
- c. Jari – jari lemas dan rapat.
- d. Bola kena telapak tangan.
- e. Menggerakkan pergelangan tangan ke depan.
- f. Gagal berada di bawah belakang bola.

- g. Gagal meluruskan badann dan lengan
- h. Gagal menyentuh bola dengan tepat.

Teknik *passing* atas biasanya digunakan oleh seorang pemain apabila mendapat bola – bola atas yang memang lebih efektif menggunakan *passing* atas dibandingkan menggunakan *passing* bawah. Passing atas juga digunakan oleh pengumpan untuk mengumpankan bola kepada teman dalam satu tim yang biasanya umpan tersebut akan langsung *dismash*.

Cara untuk menentukan baik tidaknya *passing* atas adalah dengan cara mendengar suara pada saat sentuhan dan putaran bola setelah sentuhan. Lebih sedikit putaran bola di udara berarti sentuhan lebih baik tetapi jika bola berputar lebih banyak berarti sentuhan yang dilakukan tidak bersamaan mengenai bola.

c. *Smash*

Smash adalah sebuah pukulan yang dilakukan dengan keras dan tajam dengan jalannya bola menghujam kelapangan lawan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992 : 191 dalam skripsi Wisma Nugraeni, 2009).

Smash merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. M. Yunus (1999 : 108).

Menurut Pranatahadi (2007 : 31) smash adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jaring dan mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *smash* adalah pukulan keras menukik tajam ke area lawan yang dilakukan pada saat penyerangan dengan tujuan agar tidak dapat dikembalikan pihak lawan.

d. *Blok* (Bendungan)

Blok merupakan tindakan dalam usaha untuk mematahkan serangan lawan pada saat bola tepat melewati atas net, dengan menggunakan satu atau dua tangan yang dilakukan oleh seorang pemain ataupun dua tiga pemain secara bersama – sama dari pihak yang mempertahankan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992 : 193 dalam skripsi Wisma Nugraeni, 2009).

Bendungan merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan, M. Yunus (1992:1992).

Menurut Muhajir (2004:34 – 38) bendungan (*blok*) sangat erat sekali dengan teknik bertahan yang dilakukan di atas net, keberhasilan bendungan dapat ditentukan oleh loncatan yang tinggi dan kemampuan menjangkau lengan pada bola yang sedang di pukul lawan. Bendungan dapat dilakukan oleh satu, dua, atau tiga pemain tergantung pada kualitas pemain lawan, dan bendungan dapat dilakukan secara aktif dan pasif.

Hal senada juga dikemukakan oleh A. Sarumpat, Zulfar Djazet, dan Imam Sadikun dalam Nur Afni Suprihatin, (2008: 10) bahwa :

Prinsip permainan bolavoli adalah memainkan bola dengan memvoli (memukul dengan tangan) dan berusaha menjatuhkan ke

dalam permainan lapangan lawan dengan menyeberangkan bola lewat atas net atau jaring, dan mempertahankannya agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri. Bola harus benar – benar dipukul, tidak boleh ditangkap, dipegang, atau dilempar.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *blok* (bendungan) merupakan upaya bertahan dari serangan lawan dengan cara melocat dan menahan bola di atas net yang dilakukan oleh satu, dua, atau tiga pemain.

Teknik dasar dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola secara efektif dan efisien sesuai dengan apa yang telah dikemukakan diatas. Tujuan permainan bola voli adalah memperagakan teknik dalam memainkan bola di dalam lapangan untuk meraih tujuan akhir yakni sebuah kemenangan dalam setiap pertandingan. Dalam permainan bola voli, teknik dasar seperti *passing* atas dan *passing* bawah harus benar – benar dikuasai.

4. Permainan Bola Voli Mini

Permainan bola voli mini adalah permainan bola voli yang sudah dimodifikasi sedemikian rupa sehingga cocok dimainkan untuk siswa Sekolah Dasar (SD). Dalam permainan bola voli mini setiap regu ada 4 anak, panjang lapangan 13 m, lebar lapangan 6 m, tinggi net putra 2,10 m dan tinggi net putri 2,00 m, dan menggunakan bola voli berukuran 4. (<http://rengsongsari.blogspot.com/2013/11/peraturan-bola-voli-mini-tingkat.html>).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli tingkat Sekolah Dasar (SD) menggunakan permainan bola voli yang telah dimodifikasi sehingga sesuai dengan tingkat kemampuan siswa Sekolah Dasar (SD) sehingga mereka dapat memainkan permainan bola voli dengan maksimal.

5. Karakteristik Siswa SD

Menurut Sumardi Suryabrata (1995) dalam skripsi Subadrus (2010 : 29) bahwa karakteristik siswa SD umur 9, 10 – 13 tahun memiliki sifat khas sebagai berikut:

- a. Adanya perhatian kepada kehidupan praktis sehari – hari yang konkret.
- b. Amat realistis, ingin tahu dan ingin belajar.
- c. Menjelang akhir masa – masa ini telah ada minat terhadap hal – han dan mata pelajaran khusus.
- d. Umur 11 tahun anak membutuhkan bantuan orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugasnya dan memenuhi keinginannya.
- e. Memandang nilai rapor atau angka rapor adalah ukuran yang tepat mengenai prestasi belajar.
- f. Pada masa – masa ini gemar membentuk kolega sebaya untuk bermain bersama.

6. Metode Bermain

Menurut Husdarta dan Yudha M. Saputra (1999:74-75), ciri – ciri bermain adalah sebagai berikut:

- a. Permainan merupakan kegiatan yang dilakukan secara bebas dan suka rela.
- b. Permainan bukanlah kehidupan “bias” atau yang “nyata”. Karena itu bila diamati secara seksama perilaku anak selama permainan, mereka berbuat pura – pura atau tidak sungguhan.
- c. Permainan berbeda dengan kehidupan sehari – hari, terutama dalam tempat dan waktu. Permainan selalu bermula dan berakhir, dan dilakukan di tempat tertentu. Bertalian dengan syarat di atas, permainan memerlukan peraturan.
- d. Permainan memiliki tujuan yang terdapat dalam kegiatan itu, dan tidak terkait dengan keuntungan material.

Menurut Hughes (1999) dalam artikel Andang Ismail (https://sites.google.com/a/apedukatif.co.cc/www/artikel_1) seorang ahli perkembangan anak dalam bukunya *Children, Play, and Development*, mengatakan bermain merupakan hal yang berbeda dengan belajar dan bekerja. Suatu kegiatan yang disebut bermain harus ada lima unsur didalamnya, yaitu:

- a. Mempunyai tujuan yaitu permainan itu sendiri untuk mendapat kepuasan

- b. Memilih dengan bebas dan atas kehendak sendiri, tidak ada yang menyuruh ataupun memaksa.
- c. Menyenangkan dan dapat menikmati.
- d. Mengkhayal untuk mengembangkan daya imajinatif dan kreativitas
- e. Melakukan secara aktif dan sadar.

Sukintaka (1992:76) bermain merupakan suatu bentuk kegiatan yang sangat disenangi oleh anak. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih melatih.

Menurut Sukintaka (1992: 87 – 88) bermain dapat dibagi menjadi:

- a. Bermain sendiri yaitu merupakan permainan yang dilakukan oleh anak benar – benar tanpa teman bermain atau lawan bermain. Permainan ini bisa dilakukan oleh anak pada kelompok umur anak pra sekolah ke bawah. Contohnya permainan berjualan, mobil – mobilan atau boneka – bonekaan.
- b. Bermain bersama yaitu merupakan permainan yang dilakukan dua orang anak atau lebih. Pada permainan ini tidak ada anak sebagai lawan. Biasanya permainan bersama ini dimainkan oleh anak – anak pra sekolah sampai umur 10 tahun. Pada permainan ini biasanya ada pembagian tugas peranan. Contohnya bermain menjala ikan.

- c. Bermain tunggal yaitu pada waktu bermain ada lawan bermain, dan keduanya berusaha untuk memenangkan permainan dengan pencapaian angka atau nilai yang sudah ditentukan. Contohnya pada permainan tenis meja dan bulu tangkis.
- d. Bermain beregu yaitu bermain yang masing – masing memiliki teman dan tiap regu tersebut berusaha untuk memenangkan permainan dengan pencapaian angka yang sudah ditentukan. Contohnya pada permainan bola voli dan sepak bola.

Jadi bermain tidak hanya melibatkan satu orang saja tetapi sekelompok orang yang mempunyai satu tujuan. Bermain dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli sangat kompleks dan beragam bentuknya. Bentuk permainan yang akan diberikan pada ekstrakurikuler di SD Negeri Wediwutah berbentuk bermain lempar tangkap dan bermain sederhana dengan peraturan yang telah dimodifikasi.

7. Metode Drill

Drill adalah latihan dengan praktek yang dilakukan berulang kali atau *continue* untuk mendapatkan ketrampilan dan ketangkasan praktis tentang pengetahuan yang dipelajari.

(<http://blog.persimpangan.com/blog/2007/08/15/drill-and-practice/>).

Menurut Nana Sujana dalam artikel yang berjudul Metode *Drill* (<http://almajdzubnews.blogspot.com/2012/06/bab-i-pendahuluan-metode-mengajar.html>) metode *drill* adalah satu kegiatan melakukan hal yang sama, berulang – ulang secara sungguh – sungguh dengan tujuan untuk

memperkuat suatu asosiasi atau menyempurnakan suatu ketrampilan agar menjadi bersifat permanen.

Metode ini mempunyai keuntungan dan kerugian, Penggunaan metode *Drill and Practice* yang kurang tepat akan menimbulkan hal-hal yang negatif misalnya anak menjadi kurang kreatif dan kurang dinamis. Tetapi latihan yang praktis, mudah dilakukan, serta teratur melaksankannya membina anak dalam meningkatkan penguasaan keterampilan itu, bahkan mungkin siswa dapat memiliki ketangkasan itu dengan sempurna. Metode ini lebih banyak digunakan dalam bidang pelajaran olahraga karena dalam bidang ini banyak memerlukan latihan khusus dan teratur, serta pengawaasan dari trainer yang baik.

Metode *Drill and Practice* umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari materi yang dipelajari. Karena itu, ceramah dapat digunakan sebelum maupun sesudah latihan dilakukan. Tujuan dari ceramah untuk memberikan penjelasan kepada siswa mengenai bentuk keterampilan tertentu yang akan dilakukannya.

Demonstrasi juga digunakan untuk memperagakan atau mempertunjukkan suatu keterampilan yang akan dipelajari siswa. Misalnya belajar *passing*. Siswa sebelum berlatih *passing* diberikan penjelasan dulu seluruh gerakan tangan, gerakan badan, dan sebagainya melalui ceramah. Lalu guru mendemonstrasikan *passing* dan siswa memperhatikan demonstrasi tersebut. Setelah itu baru siswa mulai latihan

passing seperti yang dilakukan guru. Akhirnya selain kombinasi sebagaimana disebutkan di depan, masih terbuka kemungkinan adanya kombinasi yang lain.

8. Pengertian Ekstrakurikuler

Menurut Yudha M. Saputra,(1998:9) berpendapat bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antara mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya. Kegiatan ini dilakukan berkala atau hanya dalam waktu – waktu tertentu dan ikut dinilai.

Depdiknas (2004:1) dalam Tri Ani Hastuti (2008:63) ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan ketrampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar.

Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dilaksanakan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat siswa. Dalam kegiatan ekstrakurikuler tersebut, siswa memperoleh manfaat dan nilai – nilai luhur yang terkandung di dalamnya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran di sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan bakat siswa dalam bidang tertentu.

Bola voli merupakan cabang olahraga yang terkandung di dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Bola voli tidak dapat dilakukan secara maksimal pada waktu jam pelajaran di sekolah karena keterbatasan alokasi waktu.

Oleh sebab itu, ekstrakurikuler adalah salah satu cara yang dapat ditempuh untuk dapat lebih mendalami teknik dasar permainan bola voli dan dapat meningkatkan prestasinya.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dibutuhkan guna mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan.

1. Penelitian dari Bani Tri Umboro dengan judul “Tingkat Ketrampilan Bermain Bola Voli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri I Pundong Bantul”. Hasil penelitian ini adalah sebagai berikut: tingkat siswa yang bermain bola voli sangat baik ada 5 siswa (9,26%), baik ada 9 siswa (16,67%), cukup baik ada 19 siswa (35,19%), kurang baik ada 20 siswa (37,04%), sangat kurang baik ada 1 siswa (1,85%). Secara keseluruhan, dari 54 siswa maka dapat dikatakan bahwa tingkat ketrampilan bola voli siswa kelas XI SMA N I Pundong dalam kategori cukup baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Danang Eko Pranowo dengan judul “Perbedaan Teknik Servis Atas dengan Teknik Servis Bawah Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri I Bantul tahun 2009”. Hasil dari penelitian ini adalah: terdapat perbedaan yang signifikan dengan T hitung bagi siswa putra sebesar 2,147 sedangkan bagi putrid dengan T hitung sebesar 3,046, sedangkan tingkat ketepatan servis bawah putra dan putri dengan T hitung sebesar 3,516.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Wisma Nugraheni dengan judul “Peningkatan Ketrampilan Teknik Dasar Passing Permainan Bola Voli Dengan Bentuk Bermain Pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP N 14 Yogyakarta”. Hasil dari penelitian ini adalah: terdapat peningkatan yang signifikan pada teknik dasar permainan bola voli dengan bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 14 Yogyakarta. Besarnya peningkatan kemampuan passing bawah sebesar 53,9% dari selisih rata – rata pre test dan post test adalah 4,16.

C. Kerangka Berpikir

Konsep dasar pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak yang seluas-luasnya kepada siswa. Pada usia sekolah merupakan saat dimana siswa sangat membutuhkan berbagai nuansa gerak yang beragam. Proses pendidikan jasmani seharusnya memberikan kebebasan memilih bagi siswa dalam melakukan tugas geraknya.

Pada dasarnya siswa Sekolah Dasar sangat senang dengan pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Sedangkan permainan bola voli termasuk di dalamnya. Permainan bola voli tercantum dalam kurikulum pendidikan jasmani, oleh sebab itu maka guru wajib mengajarkan teknik dasar permainan bola voli.

SD Negeri wediwutah sering mengikuti lomba cabang bola voli, entah itu mengikuti lomba OOSN, lomba antar sekolah maupun lomba lainnya tetapi sejauh ini SD Negeri Wediwutah belum mampu berprestasi karena selalu gagal di babak awal. Itu disebabkan kemampuan *passing* bawah siswa SD Negeri Wediwutah masih belum sempurna.

Oleh sebab itu peneliti ingin mencoba menggunakan metode bermain dan metode drill untuk mengukur sejauh mana peningkatan *passing* bawah siswa SD Negeri wediwutah sehingga peneliti dapat membandingkan metode mana yang lebih efektif yang kemudian akan diterapkan untuk memajukan prestasi siswa SD Negeri Wediwutah.

Metode bermain adalah suatu metode yang mengedepankan bermain pada saat melakukan sebuah kegiatan sehingga sangat disenangi oleh anak, karena rasa senang ini secara tidak langsung dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih.

Metode bermain memiliki keunggulan:

1. Dilakukan secara bersama – sama sehingga meminimalisir ada anak yang tidak aktif bergerak.

2. Karena karakteristik siswa Sekolah Dasar (SD) cenderung menyukai bermain maka akan mudah melatih suatu gerakan tanpa disadari secara langsung oleh siswa.
3. Karena karakteristik siswa Sekolah Dasar (SD) cenderung menyukai bermain maka siswa tidak akan mudah merasa bosan.
4. Dapat mengembangkan kerjasama tim dan meningkatkan toleransi sosial siswa.
5. Karena rasa senang bermain ini maka siswa tidak merasa tertekan untuk menguasai suatu gerakan tertentu.

Metode bermain memiliki kekurangan:

1. Penguasaan teknik dasar belum tentu sempurna.
2. Skill individu siswa belum tentu akan berkembang dengan sempurna karena tidak dilatih secara khusus.
3. Permainan mungkin tidak berjalan lancar karena penggunaan teknik dasar yang belum matang.

Metode *drill* adalah metode latihan yang melakukan hal yang sama secara berulang kali dan terus menerus untuk mendapatkan ketrampilan dan ketangkasan yang diinginkan.

Metode *drill* memiliki keunggulan:

1. Dilakukan per individu sehingga memudahkan koreksi jika ada kesalahan.
2. Melakukan hal yang sama secara berulang – ulang sehingga mempercepat penguasaan suatu gerakan.

3. Dilakukan secara sistematis.

Metode *drill* memiliki kekurangan:

1. Membentuk kebiasaan yang kaku karena melakukan hal yang sama secara berulang – ulang.
2. Kegiatan dilakukan per individu sehingga memungkinkan ada siswa yang menunggu giliran (tidak aktif bergerak).
3. Melakukan hal yang sama secara berulang – ulang akan membuat siswa mudah bosan.
4. Dapat menghambat inisiatif peserta didik.
5. Latihan dilakukan dengan pengawasan ketat dan serius akan membuat siswa merasa tertekan.

Metode bermain dan metode drill memiliki keunggulan dan kelemahan masing – masing sehingga untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa yang menggunakan metode bermain dan metode *drill* maka perlu adanya evaluasi.

Evaluasi ini dengan cara pengukuran menggunakan tes *Brumbach forearm pass wall volley test* yang telah dimodifikasi. Dengan adanya hasil evaluasi diharapkan dapat menunjukkan gambaran seberapa besar peningkatan *passing* bawah siswa menggunakan metode bermain dan metode drill. Dengan demikian guru dapat membandingkan metode mana yang lebih efektif diterapkan di dalam proses selanjutnya.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut:

1. Ada peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain.
2. Ada peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode *drill*.
3. Perbandingan peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 menggunakan metode bermain lebih besar di bandingkan menggunakan metode *drill*.

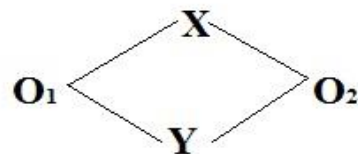
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek selidik (Suharsimi, 2005 : 207).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah menggunakan metode bermain dan metode *drill*. Setelah diketahui maka hasilnya akan dibandingkan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 dari masing – masing metode. Sehingga dapat diketahui metode mana yang peningkatan kemampuan *passing* bawahnya lebih signifikan. Desain penelitian ini adalah:



Keterangan:

O₁ : *Pretest*
X : Metode Bermain
Y : Metode *Drill*
O₂ : *Posttest*

Untuk mengetahui peningkatan kemampuan dilakukan tes. Tes dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) *treatment*. Perbedaan antara *Pretest* dan *Posttest* ini diasumsikan merupakan efek dari *treatment* atau eksperimen. Sehingga hasil dari perlakuan diharapkan dapat diketahui lebih akurat, karena terdapat perbandingan antara keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk bermain dan *drill*. Perlakuan dilaksanakan dua kali per minggu.

B. Definisi Operasional Variabel

Menurut Direktorat Pendidikan Tinggi Depdikbud yang disunting oleh Cholid Narbuko dan H. Abu Achmadi (2005: 118) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang akan menjadi obyek pengamatan penelitian.

Variabel dalam penelitian ini adalah:

1. *Passing* bawah yaitu gerakan pengambilan bola dimana biasanya posisi bola berada di bawah badan yang biasanya dilakukan dengan kedua tangan bagian bawah juga, dari siku dan pergelangan tangan yang dirapatkan baik untuk dioperkan kepada teman maupun langsung kepada lawan. *Passing* bawah ini di ukur dengan cara memasing bola ke tembok dengan batas ketinggian 200 cm selama 1 menit.
2. Metode bermain yaitu merupakan suatu bentuk kegiatan yang mengedepankan bermain sehingga sangat disenangi oleh anak. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan

sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih melatih. Metode bermain yang digunakan adalah dengan cara bermain bola voli 3 lawan 3 tetapi dengan cara lempar tangkap, 2 anak lempar tangkap 1 anak menggunakan *passing* bawah ke daerah lawan, 1 anak menangkap dan melempar bola 2 anak *passing* bawah, bermain 3 lawan 3 dengan *passing* bawah.

3. Metode *drill* yaitu latihan dengan praktek yang dilakukan berulang kali atau continue untuk mendapatkan ketrampilan dan ketangkasan praktis tentang pengetahuan yang dipelajari. Metode *drill* ini berupa pembiasaan posisi tangan, pengenalan perkenaan bola, lempar tangkap dan *passing* berpasangan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : Obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulanya (Sugiono, 2006 :117). Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Sehingga penelitian ini merupakan populasi yang berjumlah 30.

D. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan dari bulan Oktober 2014. Tempat penelitian dilaksanakan di SD Negeri Wediwutah, Kecamatan Semanu, Kabupaten Gunungkidul.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Suharsimi Arikunto (2002: 136), instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik. Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan tes pengukuran kemampuan *passing* bawah bola voli menggunakan tes. Instrumen tes yang digunakan untuk pengukuran awal (*pretest*) maupun pengukuran akhir (*posttest*) menggunakan tes *passing* bawah permainan bola voli dari *Brumbach forearm pass wall volley test* (Richard H.Cox, 1980 : 101-103).

Adapun petunjuk instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Tes

Karena penelitian ini adalah mengukur kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli, maka instrumen tes pengukuran yang digunakan untuk pengukuran awal (*pretest*) maupun pengukuran akhir (*posttest*) untuk *passing* bawah menggunakan instrumen tes pengukuran dari *Brumbach forearm pass wall volley test* (Richard H.Cox, 1980 : 101-103). Karena subyek adalah anak – anak maka tes yang digunakan

adalah *Brumbach forearm pass wall volley test* yang telah dimodifikasi.

b. Alat

Alat dan perlengkapan yang dipakai yaitu:

- 1) Dinding atau tembok
- 2) Bola voli
- 3) Peluit
- 4) Stopwatch
- 5) Lakban
- 6) Formulir dan alat tulis

c. Testor

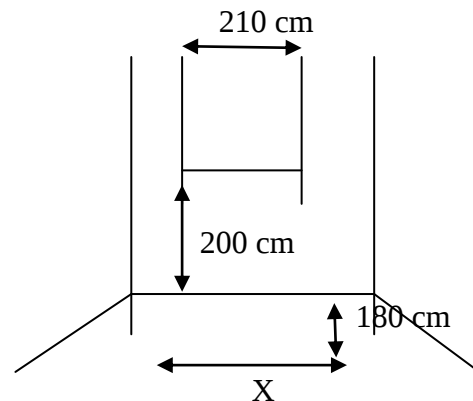
Jumlah testor sebanyak 2 orang yaitu :

- 1) Pengawas 1 orang bertugas mengamati dan mengawasi jatuhnya bola pada petak sasaran.
- 2) Pencatat hasil 1 orang bertugas mencatat hasil yang dicapai oleh siswa.

d. Pelaksanaan tes

Testi berdiri di belakang garis yang telah dibatasi dengan pita perekat, menunggu aba- aba dari penguji. Bila ada tanda dari penguji maka testi harus segera melaksanakan *passing* bawah ke dinding selama 1 menit (bola lambungan pertama tidak dihitung, dihitung mulai pantulan ke dua menggunakan *passing* bawah, begitu juga ketika di tengah ujian bola mati, maka bola harus segera diambil dan melanjutkan kembali *passing* bawah ke dinding, dilambung bola tidak

dihitung). Testi di beri kesempatan sebanyak 1 kali.



Gambar 3. instrument kecakapan *passing* bawah *Brumbach forearm pass wall volley test* yang telah dimodifikasi.

2. Validitas dan Realibilitas Penelitian.

a. Validitas Instrumen

Menurut Saifuddin Azwar (2012: 8) validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana akurasi suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Validitas tes ini sebesar 0,855.

b. Realibilitas Instrumen

Menurut Saifuddin Azwar (2012: 7) realibilitas merupakan penerjemahan dari kata *reability* yaitu sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Realibilitas tes ini sebesar 0,920.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan tes. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Brumbach forearm pass*

wall volley test yang telah dimodifikasi. Teknik atau cara pengambilan data penelitian dilakukan pada proses kegiatan yang dilaksanakan dua kali dalam seminggu, yang dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan (treatment). Hal ini sesuai yang dikemukakan oleh Tjalliek Sugiardo (1991 : 25), bahwa proses latihan selama 16 kali sudah dikatakan terlatih, sebab sudah ada perubahan menetap.

F. Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu diperlukan uji prasyarat terlebih dahulu. Uji prasyarat meliputi uji normalitas dan uji homogenitas data.

1. Uji prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Kai Kuadrat dengan program SPSS 19. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai Kai Kuadrat hitung (X^2_{hitung}) lebih kecil daripada nilai Kai Kuadrat tabel (X^2_{tabel}) pada taraf signifikansi $\alpha=0,05$

b. Uji Homogenitas

Disamping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen.

Uji homogenitas menggunakan uji F dari data *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan program SPSS 19 *for windows*.

2. Pengujian Hipotesis

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data tersebut. Teknik analisis data untuk menganalisis data eksperimen dengan model *pretest posttest design* adalah dengan menggunakan uji-t (*t-test*). Menurut Suharsimi (2005 : 395) rumus uji-t untuk model *pretest posttest design* adalah sebagai berikut:

Dengan Keterangan :

t = harga t untuk sampel berkorelasi

$\bar{D}$ = (*difference*), perbedaan antara skor tes awal dengan skor tes akhir setiap individu

D = rerata dari nilai perbedaan (rerata dari $\bar{D}$)

D^2 = kuadrat dari D

N = banyaknya subjek penelitian

$$t = \frac{\bar{D}}{\sqrt{\frac{\Sigma D^2 - \frac{(\Sigma D)^2}{N}}{N(N-1)}}$$

Untuk mengetahui signifikansi atau ada tidaknya peningkatan kemampuan teknik dasar passing dengan pemberian bentuk bermain sesudah dilakukan tes awal (*pretest*) dan sebelum dilakukan tes akhir(*posttest*), maka hasil t_{hitung} di konsultasikan dengan t_{tabel} pada taraf signifikansi 5%. Apabila harga t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} maka terdapat perbedaan yang signifikan (bermakna), dengan demikian hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja diterima (H_a).

Untuk menghitung prosentase peningkatan kemampuan teknik passing permainan bolavoli antara tes awal dan tes akhir menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Prosentase peningkatan} = \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean pretest}} \times 100\%$$

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Tempat Penelitian

SD Negeri Wediwutah berada di dusun Wediwutah, Desa Ngeposari, Kecamatan Semanu, Kabupaten Gunungkidul.

2. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain dan metode *drill*. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari dua kelas yaitu kelas dengan metode bermain dan kelas dengan metode *drill*. Hasil analisis deskriptif variabel penelitian sebagai berikut ini:

Tabel 1. Hasil Deskriptif Statistik

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
bermain_pre	15	2,00	9,00	4,7333	2,05171
bermain_post	15	3,00	11,00	6,2667	2,57645
drill_pre	15	1,00	6,00	3,6000	1,45406
drill_post	15	1,00	7,00	4,2000	1,69874

Sumber: Data primer diolah, 2014

Untuk memudahkan membaca data, selanjutnya skor yang diperoleh masing – masing *passing* bawah kelas dikategorikan menjadi 3 kelompok, yaitu baik, cukup, dan kurang. Pengkategorian *passing* bawah dilakukan dengan cara:

Baik : $X \geq M + SD$
Cukup : $M - SD \leq X < M + SD$

Kurang : $X < M - SD$

Keterangan:

M = *Mean Ideal*

SD = *Standar Deviasi*

Pengkategorian dilakukan dengan dibuat berdasarkan *mean ideal* (yang diperoleh dari nilai maksimum dan minimum) dan *standar deviasi*.

Kategori setiap variabel dapat dapat disajikan dalam tabel berikut:

a. Nilai *Pretest* Kelas Dengan Metode Bermain

Hasil di atas menunjukkan bahwa nilai minimum *passing* bawah kelas dengan metode bermain sebesar 2,00 dengan nilai maksimum 9,00 dan rata-rata sebesar 4,73 dengan standar deviasi 2,05. Distribusi frekuensi nilai *passing* bawah *pretest* siswa di kelas dengan metode bermain berdasarkan kategori dapat dilihat pada tabel berikut:

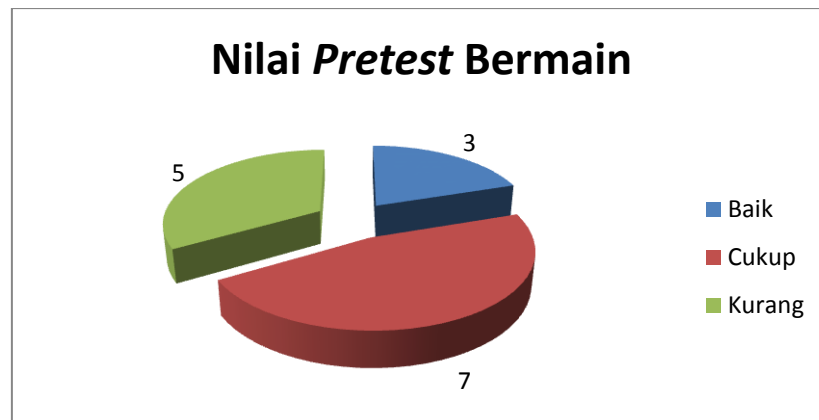
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nilai *pretest* kelas dengan metode bermain

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	$X \geq 6,08$	3	20,0
Cukup	$3,92 \leq X < 6,08$	7	46,7
Kurang	$X < 3,92$	5	33,3
Jumlah		15	100,0

Sumber: Data Primer 2014

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa *passing* bawah siswa di kelas dengan metode bermain sebelum adanya perlakuan mayoritas termasuk dalam kategori cukup yaitu sebanyak 7 orang (46,%), 5 orang (33,3%) termasuk kategori kurang dan sisanya 3 orang (20,0%)

termasuk dalam kategori baik. Hasil deskriptif tersebut dapat juga disajikan dalam bentuk histogram seperti berikut:



Gambar 4. Histogram Nilai *Pretest* Kelas dengan metode bermain

b. Nilai *Posttest* Kelas Dengan Metode Bermain

Hasil di atas menunjukkan bahwa nilai minimum *passing* bawah kelas dengan metode bermain sebesar 3,00 dengan nilai maksimum 11,00 dan rata-rata sebesar 6,27 dengan standar deviasi 2,58. Distribusi frekuensi nilai *posttest* kelas dengan metode bermain berdasarkan kategori dapat dilihat pada tabel berikut:

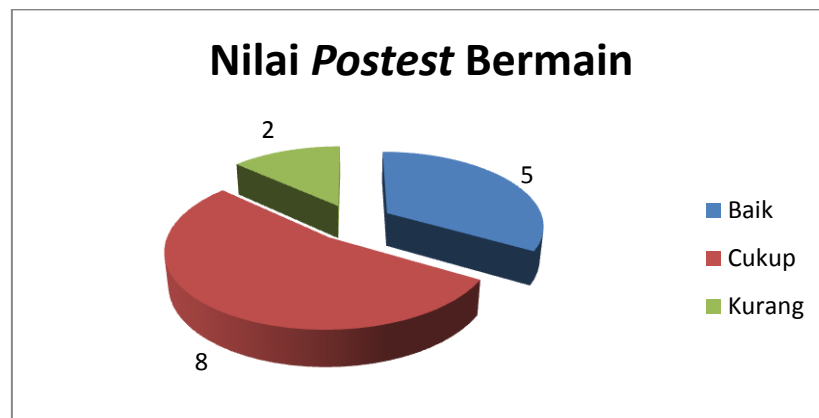
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Nilai *Posttest Passing* bawah kelas dengan metode bermain

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	$X \geq 6,08$	5	33,3
Cukup	$3,92 \leq X < 6,08$	8	53,3
Kurang	$X < 3,92$	2	13,3
Jumlah		15	100,0

Sumber: Data Primer 2014

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa nilai *posttest* siswa di kelas dengan metode bermain mayoritas termasuk dalam kategori cukup baik yaitu sebanyak 8 orang (53,3%), 5 siswa (33,3%) termasuk

kategori baik dan sisanya 2 orang (13,3%) termasuk dalam kategori kurang baik. Hasil deskriptif tersebut dapat juga disajikan dalam bentuk histogram seperti berikut:



Gambar 5. Histogram Nilai Posttest Passing bawah Kelas dengan metode bermain

c. Nilai Pretest Kelas Dengan Metode Drill

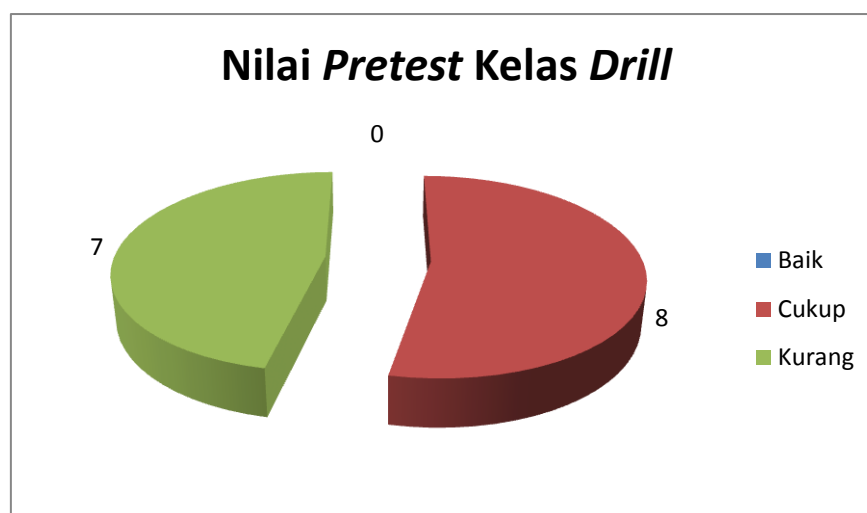
Hasil di atas menunjukkan bahwa nilai minimum *passing* bawah kelas dengan metode *drill* sebesar 1,00 dengan nilai maksimum 6,00 dan rata-rata sebesar 3,60 dengan standar deviasi 1,45. Distribusi frekuensi nilai *pretest* siswa di kelas dengan metode *drill* berdasarkan kategori dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Nilai Pretest Kelas dengan metode drill

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	$X \geq 6,08$	0	0,0
Cukup	$3,92 \leq X < 6,08$	8	53,3
Kurang	$X < 3,92$	7	46,7
Jumlah		15	100,0

Sumber: Data Primer 2014

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar nilai *pretest* siswa di kelas dengan metode *drill* termasuk dalam kategori cukup yaitu sebanyak 8 orang (53,3%), dan kategori kurang ada sebanyak 7 orang (46,7%). Hasil deskriptif tersebut dapat juga disajikan dalam bentuk histogram seperti berikut:



Gambar 6. Histogram Nilai *Pretest* Kelas dengan metode *drill*

d. Nilai *Posttest* Kelas dengan metode *drill*

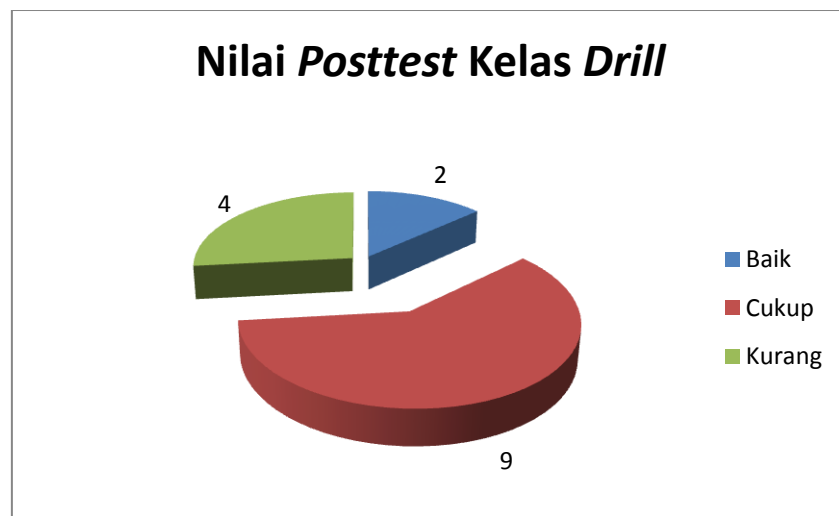
Hasil di atas menunjukkan bahwa nilai *posttest* minimum kelas dengan metode *drill* sebesar 1,00 dengan nilai maksimum 7,00 dan rata-rata sebesar 4,2 dengan standar deviasi 1,7. Distribusi frekuensi nilai *posttest* siswa di kelas dengan metode *drill* berdasarkan kategori dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Nilai *Posttest Passing* bawah kelas dengan metode *drill*

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	$X \geq 6,08$	2	13,3
Cukup	$3,92 \leq X < 6,08$	9	60,0
Kurang	$X < 3,92$	4	26,7
Jumlah		15	100,0

Sumber: Data Primer 2014

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa nilai *posttest* siswa di kelas dengan metode *drill* mayoritas termasuk dalam kategori cukup baik yaitu sebanyak 9 orang (60,0%), 2 siswa (13,3%) dengan kategori baik dan 4 siswa (26,7%) yang termasuk kategori kurang. Hasil kategori tersebut dapat juga disajikan dalam bentuk histogram seperti berikut:



Gambar 7. Histogram Nilai *Posttest* Kelas dengan metode *drill*

3. Analisis Data

a. Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan analisis data menggunakan uji t, akan dilakukan analisis prasyarat yang meliputi uji normalitas. Uji normalitas diujikan

pada variabel penelitian yaitu pre test-post test pada kelas dengan metode bermain, kelas dengan metode bermain dan kelas dengan metode drill. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data variabel penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas menggunakan analisis *Chi Square* dan untuk perhitungannya menggunakan bantuan komputer program SPSS 19 *for windows*. Hasil uji normalitas untuk masing-masing variabel penelitian disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 6 Hasil Uji Normalitas

	<i>Chi Square</i>	Signifikansi	Keterangan
Pretest Bermain	3,000	0,700	Normal
Posttest Bermain	4,733	0,692	Normal
Pretest Drill	3,000	0,700	Normal
Posttest Drill	10,200	0,070	Normal

Sumber: Data primer diolah, 2014

Berdasarkan tabel di atas hasil uji normalitas dapat diketahui bahwa semua data penelitian mempunyai nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa semua data penelitian pada kelas dengan metode bermain dan kelas dengan metode drill datanya berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas Variasi

Uji homogenitas variansi dimaksudkan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil dari populasi berasal dari variansi yang sama dan tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan satu sama lain. Tes statistik yang digunakan adalah Uji F, yaitu dengan membandingkan variansi terbesar dan variansi terkecil. Syarat agar variansi bersifat homogen apabila nilai F hitung lebih kecil dari nilai F tabel pada taraf

signifikansi $\alpha=0,05$. Hasil perhitungan uji homogenitas data yang dilakukan dengan bantuan program SPSS *for window 19.0* menunjukkan bahwa $F_h < F_t$, berarti data kedua kelompok tersebut homogen.

Adapun rangkuman hasil uji homogenitas varian data disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 7 Uji Homogenitas Variansi

Data	Levene Statistic	Sig.	Keterangan
Nilai Pre test	1,532	0,226	Homogen
Nilai Post test	3,466	0,074	Homogen

Sumber: Data primer diolah, 2014

Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa untuk data *pre-test* dan *posttest* pada kelompok bermain maupun kelompok drill dapat diketahui nilai signifikansi lebih besar dari 5% ($p > 0,05$), yang berarti bahwa data *pre-test* dan *post-test* kedua kelompok tersebut homogen, sehingga memenuhi persyaratan untuk dilakukan uji-t.

c. Pengujian Hipotesis Penelitian

1. Uji Paired *t* Test

Uji statistik untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan adalah uji *paired sample t test*. Hasil pengujian yang telah dilakukan dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 8 Hasil Uji Paired t test Kelas dengan metode bermain dan Kelas dengan metode drill

Hasil Pengukuran	Mean	Mean Differences	t hitung	Sig.
Passing bawah post Bermain	6,2667	1,5333	3,525	0,003
Passing bawah pre Bermain	4,7333			
Passing bawah post Drill	4,2000	0,6000	2,806	0,014
Passing bawah pre Drill	3,6000			

Sumber: Data primer diolah, 2014

Berdasarkan hasil di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil *pretest-posttest* kelas dengan metode bermain dan kelas dengan metode drill secara signifikan dibuktikan dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari taraf signifikansi ($0,000 < 0,05$). Hal ini ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata-rata sekitar 1,533 untuk bermain dan *drill* memiliki selisih rata-rata 0,600.

2. Uji Independent t Test

Uji *independent sample t test* statistik untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara kelas yang menggunakan metode bermain dan kelas yang menggunakan metode *drill*. Hasil pengujian yang telah dilakukan dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 9 Hasil Uji Independent t test Kelas dengan metode bermain dan Kelas dengan metode drill

Hasil Pengukuran	Mean	Mean Differences	t hitung	Sig.
Passing bawah Pretest Bermain	4,7333	1,1333	1,745	0,092
Passing bawah Pretest Drill	3,6000			
Passing bawah Posttest Bermain	6,2667	2,0667	2,594	0,015
Passing bawah Posttest Drill	4,2000			

Sumber: Data primer diolah, 2014

Berdasarkan hasil di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan hasil *pretest* kelas dengan metode bermain dan kelas dengan metode *drill* secara signifikan dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,092 yang lebih besar dari taraf signifikansi ($0,092 < 0,05$). Hasil di atas juga menunjukkan terdapat perbedaan nilai *posttest* antara kelas yang menggunakan metode bermain dan menggunakan metode *drill* dengan nilai signifikansi sebesar 0,015 yang lebih kecil dari taraf signifikansi yang sebesar 0,05. Hal ini ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata-rata sekitar 2,0667 yang menunjukkan adanya perbedaan peningkatan *passing* bawah antara kelas yang menggunakan metode bermain dan kelas dengan metode *drill* sebesar 2,0667.

3. Hasil Peningkatan

Hasil peningkatan nilai *pretest* ke *posttest* kelas dengan metode bermain dan *drill* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10 Hasil Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Kelas dengan Metode Bermain dan Kelas dengan Metode Drill

No	Bermain	Drill
1	33,33%	0,00%
2	0,00%	50,00%
3	20,00%	0,00%
4	28,57%	20,00%
5	22,22%	40,00%
6	-20,00%	20,00%
7	33,33%	0,00%
8	100,00%	33,33%
9	50,00%	-50,00%
10	0,00%	50,00%
11	42,86%	100,00%
12	20,00%	33,33%
13	50,00%	-20,00%
14	100,00%	33,33%
15	0,00%	16,67%
Rerata	32,02%	21,78%

Sumber: Data primer diolah, 2014

Tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai rerata peningkatan kelas dengan metode bermain sebesar 32,02% sedangkan metode *drill* sebesar 21,78%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa ada perbandingan peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa kelas atas SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain dan metode *drill* diterima.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa

1. Ada peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain diterima. Ini dibuktikan dengan rata – rata peningkatan kemampuan *passing* bawah sebesar 32,02%.
2. Ada peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode *drill* diterima. Ini dibuktikan dengan rata – rata peningkatan kemampuan *passing* bawah sebesar 21,78%.
3. Peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 yang menggunakan metode bermain lebih besar di bandingkan yang menggunakan metode *drill* diterima. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi uji independent *t test* yang kurang dari 0,05. Berdasarkan hasil di atas dapat diketahui bahwa kemampuan *passing* bawah siswa kelas atas yang menggunakan metode bermain lebih bagus dibandingkan dengan kemampuan *passing* bawah siswa yang menggunakan metode *drill*. Hal ini dibuktikan dengan rerata nilai *posttest* kelas yang menggunakan metode bermain sebesar 6,27 dan rerata kelas dengan metode *drill* sebesar 4,20. Hasil tersebut juga ditunjukkan dengan adanya perbedaan peningkatan dengan rerata

peningkatan kelas dengan metode bermain sebesar 32,02% yang lebih besar dari kelas dengan metode *drill* sebesar 21,78%.

Peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri wediwutah melalui metode bermain lebih banyak dibandingkan melalui metode *drill*, ini dapat terjadi karena beberapa faktor diantaranya:

1. Peneliti tidak membagi rata kelas peserta ekstrakurikuler ke setiap metode sehingga dapat dimungkinkan salah satu metode terdapat lebih banyak peserta yang berasal dari kelas tinggi.
2. Peneliti tidak membagi rata kemampuan *passing* bawah ke setiap metode sehingga dapat dimungkinkan salah satu metode terdapat lebih banyak peserta yang kemampuan *passing* bawahnya sudah baik.
3. Peserta ekstrakurikuler melalui metode *drill* sering mengalami kejenuhan karena melakukan hal yang sama secara berulang – ulang sehingga mempengaruhi keaktifan peserta.

Teknik *passing* bawah adalah teknik pengambilan bola dengan menggunakan kedua bagian tangan, yakni perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman satu timnya untuk memainkan bola dilapangan sendiri atau digunakan sebagai awalan untuk melakukan serangan. Teknik *passing* bawah adalah salah satu cara untuk menerima servis atau serangan lawan, karena dengan menggunakan *passing* bawah setiap pemain masih dapat dengan mudah untuk mengarahkan laju bola. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik

yang paling penting, karena passing merupakan teknik yang paling utama dalam permainan bola voli.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisma Nugraheni dengan judul “Peningkatan Ketrampilan Teknik Dasar *Passing* Permainan Bola Voli Dengan Bentuk Bermain Pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP N 14 Yogyakarta”. Hasil dari penelitian ini adalah: terdapat peningkatan yang signifikan pada teknik dasar permainan bola voli dengan bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 14 Yogyakarta.

Pada dasarnya siswa Sekolah Dasar sangat senang dengan pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Sedangkan permainan bola voli termasuk di dalamnya. Permainan bola voli tercantum dalam kurikulum pendidikan jasmani, oleh sebab itu maka guru wajib mengajarkan teknik dasar permainan bola voli. Sesuai dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar yang pada umumnya gemar bermain maka untuk meningkatkan kemampuan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler digunakan metode bermain dan metode *drill*.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan teknik dasar bola voli. Rendahnya kemampuan *passing* bawah siswa perlu ditelusuri penyebabnya. Apakah karena penguasaan teknik dasar yang kurang baik, kemampuan fisik yang tidak mendukung atau metode mengajar yang kurang efektif. Untuk meningkatkan ketrampilan siswa Sekolah Dasar (SD) dengan metode latihan *drill* akan sangat sulit diterima siswa karena pada

usia Sekolah Dasar (SD) anak – anak masih senang dengan permainan. Oleh sebab itu, untuk meningkatkan kemampuan siswa, guru dituntut untuk dapat mengembangkan sebuah metode permainan yang dapat meningkatkan ketrampilan siswa dalam cabang olahraga tertentu.

Dalam permainan bola voli, *passing* bawah dan *passing* atas adalah teknik dasar yang harus dikuasai. Dalam pelaksanaan latihan di butuhkan suatu metode yang menarik minat siswa agar aktif mengikuti sehingga secara tidak sadar siswa tersebut dapat menguasai teknik yang diajarkan. Dalam metode *drill* siswa melakukan gerakan yang monoton sehingga mudah merasa bosan dalam mengikuti latihan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang berjudul “Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015 pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa:

1. Peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode bermain sebesar 32,02%.
2. Peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 melalui metode *drill* sebesar 21,78%.
3. Peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah tahun 2014/2015 yang menggunakan metode bermain lebih besar di bandingkan yang menggunakan metode *drill* diterima. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi uji *independent t test* yang kurang dari 0,05. Berdasarkan hasil di atas dapat diketahui bahwa kemampuan *passing* bawah siswa kelas atas yang menggunakan metode bermain lebih bagus dibandingkan dengan kemampuan *passing* bawah siswa yang menggunakan metode *drill*. Hal ini dibuktikan dengan rerata nilai *posttest* kelas yang menggunakan metode bermain sebesar 6,27 dan rerata kelas dengan metode *drill* sebesar 4,20. Hasil tersebut juga ditunjukkan dengan

adanya perbedaan peningkatan dengan rerata peningkatan kelas dengan metode bermain sebesar 32,02% yang lebih besar dari kelas dengan metode *drill* sebesar 21,78%

B. Implikasi Hasil Penelitian

Dengan diketahuinya peningkatan kemampuan *passing* bawah melalui metode bermain sebesar 32,02% dan melalui metode *drill* sebesar 21,76% maka untuk penerapan dalam ekstrakurikuler selanjutnya digunakan metode bermain karena peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah melalui metode bermain lebih besar dibanding metode *drill*.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih fokus. Namun demikian dalam pelaksanaan di lapangan masih ada kekurangan atau keterbatasan, yaitu sebagai berikut :

1. Peneliti tidak dapat mengontrol aktivitas responden sebelum dilakukan pengambilan data, sehingga kondisi fisik responden yang satu dengan yang lain tidak bisa disamakan.
2. Dalam pelaksanaan *treatment* terkendala keadaan cuaca dan ketersediaan bola sehingga penelitian menjadi lebih lama.
3. Peneliti tidak membedakan data dari siswa putra dan putri, hal ini dimaksudkan agar hasil penelitian lebih luas cakupannya.

4. Peneliti tidak membagi rata kelas peserta ekstrakurikuler ke setiap metode sehingga dapat dimungkinkan salah satu metode terdapat lebih banyak peserta yang berasal dari kelas yang tinggi.
5. Peneliti tidak membagi rata kemampuan *passing* bawah ke setiap metode sehingga dapat dimungkinkan salah satu metode terdapat lebih banyak peserta yang kemampuan *passing* bawahnya sudah baik.

D. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian diatas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi guru, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam memperbaiki proses pembelajaran dengan cara yang lebih bervariasi agar siswa tidak bosan dalam pembelajaran, sehingga lebih dapat meningkatkan kompetensi yang dimiliki.
2. Bagi para siswa dengan adanya penelitian ini diharapkan lebih giat berlatih meningkatkan kemampuan *passing* bawahnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya menambah jumlah sampel penelitian agar dapat digeneralisasikan tidak hanya terbatas pada sekolah tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

- Andang Ismail. *Pengertian Bermain*.
https://sites.google.com/a/apedukatif.co.cc/www/artikel_1. Senin 14 November 2011, 19.30 wib
- _____. (1970). *Bagaimana Bermain Bola Volley*. DKI Jakarta Raya: Proyek Pendidikan Olahraga STO/SMOA
- _____. *Peraturan bola voli mini*.
<http://rengsongsari.blogspot.com/2013/11/peraturan-bola-voli-mini-tingkat.html>. Senin 19 Januari 2015, 16.45 wib.
- Barbara L. Viera. (2004). *Bola Voli Untuk Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Utama.
- Cholid Narbuko dan H. Abu Achmadi. (2005). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Depdikbud. (1997). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi ke-2*. Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta: Balai Pustaka.
- Gret News Network. (2007). *Drill and Practice*. Wednesday, August 15th, 2007 | Education Resources. <http://blog.persimpangan.com/blog/2007/08/15/drill-and-practice/>. Senin 14 November 2011, 19.30 wib
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. (1999). *Dasar – Dasar Kemampuan Atletik*. Jakarta:Depdiknas.
- M. Mariyanto dkk. (1994). *Permainan Besar II (Bolavoli)*. Depdiknas Direktorat jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SD Setara D-III.
- M. Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
- Muhajir. (2004). *Pedoman Cara – Cara Pembinaan permainan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
- Nur Afni Suprihatin. (2008). “Perbedaan Pengaruh Pendekatan Berlatih dan Bermain Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Putri kelas VIII SMP Negeri Boyolali.” *Skripsi*. FIK UNY.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.

- Pranatahadi. (2007). *Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Saifuddin Azwar. (2012). *Realibilitas dan Validitas Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2006). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suharno, HP. (1979). *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta. IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2003). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi V. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Tim Bina Karya Guru. (2004). *Pendidikan Jasmani kelas IV*. Erlangga.
- Tim Bina Karya Guru. (2004). *Pendidikan Jasmani kelas V*. Erlangga.
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembinaan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Hlm. 63.
- Widodo Santoso. (1995). *Peningkatan Kemampuan*. id.forums.wordpress.com
- Yudha M. Saputra. (1998). *Pengembangan Kegiatan Keolahragaan dan Ekstrakurikuler*. Jakarta:Depdiknas.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes

1. Tujuan: tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *passing* bawah
2. Alat dan fasilitas
 - a. Dinding atau tembok
 - b. Bola voli
 - c. Peluit
 - d. Stopwatch
 - e. Lakban/pita perekat
 - f. Formulir dan alat tulis
3. Petugas tes
 - a. 1 orang bertugas mengamati dan mengawasi jatuhnya bola pada petak sasaran.
 - b. 1 orang bertugas sebagai pencatat waktu dan hasil yang dicapai.
4. Pelaksanaan

Testi berdiri di belakang garis yang telah dibatasi dengan lakban/pita perekat. Setelah ada aba – aba dari penguji maka testi harus segera melaksanakan *passing* bawah ke dinding selama 1 menit (bola lambung pertama tidak dihitung, dihitung mulai pantulan kedua menggunakan *passing* bawah, begitu juga ketika di tengah ujian bola mati maka, bola harus segera di ambil dan melanjutkan kembali *passing* bawah ke dinding, pada saat dilambungkan ke tembok tidak di hitung, dihitung saat pantulan kedua dengan *passing* bawah).

Lampiran 2. DAFTAR HASIL TES KESELURUHAN

Metode Bermain

No.	Nama	Pre test bermain	Post test bermain
1	Ardiyanto	6	8
2	Niken Utami	5	5
3	Feri Cahyono	5	6
4	Ahmad Dandi	7	9
5	Ervan Sofian P.D.	9	11
6	Novi Ramadhani	5	4
7	Alifah Sofiana	3	4
8	Elsa Gusmiyati	2	4
9	Arum Monika	2	3
10	Lilis Anisa Fitri	3	3
11	Diki Saputra	7	10
12	Rahmini Sarianti	5	6
13	Riyadi	6	9
14	Heni Astuti	3	6
15	Lia Nuraini	6	6

Metode Drill

No.	Nama	Pre test drill	Post test drill
1	Dhea Triana	4	4
2	Adelia	2	3
3	Roni	4	4
4	Okky Saputra	5	6
5	Dicky Hendriansyah	5	7
6	Aditya	5	6
7	Ariel Zeen Aji S.	4	4
8	Candra Adi S.	3	4
9	Hendrik Wahyu H.	2	1
10	Devi Puspitasari	2	3
11	Vivi Noviyanti	1	2
12	Tri Suliyanti	3	4
13	Amelia	5	4
14	Ester Grasianita J.	3	4
15	Yusuf Dwi C.	6	7

Jumlah Siswa: 30 SISWA

Lampiran 3. Statistik Deskriptif

Statistik Deskriptif

Descriptives

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
main_pre	15	2,00	9,00	4,7333	2,05171
main_post	15	3,00	11,00	6,2667	2,57645
drill_pre	15	1,00	6,00	3,6000	1,45406
drill_post	15	1,00	7,00	4,2000	1,69874
Valid N (listwise)	15				

passing bawah

Skor Max				=	8,25
Skor Min				=	1,75
Mean ideal	10	/	2	=	5
St Deviasi ideal	6,5	/	6	=	1,08

Baik	:	$X \geq M + SD$
Cukup	:	$M - SD \leq X < M + SD$
Kurang	:	$X < M - SD$

Kategori	Skor	
Baik	:	$X \geq 6,08$
Cukup	:	$3,92 \leq X < 6,08$
Kurang	:	$X < 3,92$

No	main-pre		main-post		drill-pre		drill-post	
	Nilai	Frekuensi	Nilai	Frekuensi	Nilai	Frekuensi	Nilai	Frekuensi
1	6	Cukup	8	Baik	4	Cukup	4	Cukup
2	5	Cukup	5	Cukup	2	Kurang	3	Kurang
3	5	Cukup	6	Cukup	4	Cukup	4	Cukup
4	7	Baik	9	Baik	5	Cukup	6	Cukup
5	9	Baik	11	Baik	5	Cukup	7	Baik
6	5	Cukup	4	Cukup	5	Cukup	6	Cukup
7	3	Kurang	4	Cukup	4	Cukup	4	Cukup
8	2	Kurang	4	Cukup	3	Kurang	4	Cukup
9	2	Kurang	3	Kurang	2	Kurang	1	Kurang

10	3	Kurang	3	Kurang	2	Kurang	3	Kurang
11	7	Baik	10	Baik	1	Kurang	2	Kurang
12	5	Cukup	6	Cukup	3	Kurang	4	Cukup
13	6	Cukup	9	Baik	5	Cukup	4	Cukup
14	3	Kurang	6	Cukup	3	Kurang	4	Cukup
15	6	Cukup	6	Cukup	6	Cukup	7	Baik

Lampiran 4. Frekuensi Data Penelitian

Frequencies

Statistics					
		main_pre	main_post	drill_pre	drill_post
N	Valid	15	15	15	15
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

main_pre					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	3	20,0	20,0	20,0
	Cukup	7	46,7	46,7	66,7
	Kurang	5	33,3	33,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

main_post					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	5	33,3	33,3	33,3
	Cukup	8	53,3	53,3	86,7
	Kurang	2	13,3	13,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

drill_pre					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	Cukup	8	53,3	53,3	53,3
	Kurang	7	46,7	46,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

drill_post

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	2	13,3	13,3	13,3
	Cukup	9	60,0	60,0	73,3
	Kurang	4	26,7	26,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Minimum 2,0
Maximum 9,0
Rentang 7,0
N 15
Panj Kelas $1 + 3,3 \log n$
4,881101
≈ 4
Panj
Interval 1,7500
≈ 1,75

No,	Interval	Frekuensi	Persen(%)
1	2,0 - 3,8	6	40,0%
2	3,9 - 5,6	4	26,7%
3	5,7 - 7,5	4	26,7%
4	7,6 - 9,3	1	6,7%
Jumlah		15	100,0%

Minimum 3,0
Maximum 11,0
Rentang 8,0
N 15
Panj Kelas $1 + 3,3 \log n$
4,881101
≈ 4
Panj
Interval 2,0000
≈ 2

No,	Interval	Frekuensi	Persen(%)
1	3,0 - 5,0	6	40,0%
2	5,1 - 7,1	4	26,7%
3	7,2 - 9,2	3	20,0%
4	9,3 - 11,3	2	13,3%
Jumlah		15	100,0%

Minimum 1,0
Maximum 6,0
Rentang 5,0
N 15
Panj Kelas $1 + 3,3 \log n$
4,881101
≈ 4
Panj
Interval 1,2500

No,	Interval	Frekuensi	Persen(%)
1	1,0 - 2,3	4	26,7%
2	2,4 - 3,6	3	20,0%
3	3,7 - 5,0	7	46,7%
4	5,1 - 6,3	1	6,7%
Jumlah		15	100,0%

Interval

$$\approx 1,25$$

Minimum 1,0

Maximum 7,0

Rentang 6,0

N 15

Panj Kelas $1 + 3,3 \log n$

$$4,881101$$

$$\approx 4$$

Panj

Interval 1,5000

$$\approx 1,5$$

No,	Interval	Frekuensi	Persen(%)
1	1,0 - 2,5	2	13,3%
2	2,6 - 4,1	9	60,0%
3	4,2 - 5,7	0	0,0%
4	5,8 - 7,3	4	26,7%
Jumlah		15	100,0%

Lampiran 5. Prosentase Peningkatan Kemampuan

Peningkatan

No	Bermain	Drill
1	33,33%	0,00%
2	0,00%	50,00%
3	20,00%	0,00%
4	28,57%	20,00%
5	22,22%	40,00%
6	-20,00%	20,00%
7	33,33%	0,00%
8	100,00%	33,33%
9	50,00%	-50,00%
10	0,00%	50,00%
11	42,86%	100,00%
12	20,00%	33,33%
13	50,00%	-20,00%
14	100,00%	33,33%
15	0,00%	16,67%
Rerata	32,02%	21,78%

Lampiran 6. Uji Normalitas

Hasil Uji Normalitas

NPar Tests Chi-Square Test Frequencies

main_pre

	Observed N	Expected N	Residual
2,00	2	2,5	-,5
3,00	4	2,5	1,5
5,00	4	2,5	1,5
6,00	2	2,5	-,5
7,00	2	2,5	-,5
9,00	1	2,5	-1,5
Total	15		

main_post

	Observed N	Expected N	Residual
3,00	2	1,9	,1
4,00	3	1,9	1,1
5,00	1	1,9	-,9
6,00	4	1,9	2,1
8,00	1	1,9	-,9
9,00	2	1,9	,1
10,00	1	1,9	-,9
11,00	1	1,9	-,9
Total	15		

drill_pre

	Observed N	Expected N	Residual
1,00	1	2,5	-1,5
2,00	3	2,5	,5
3,00	3	2,5	,5
4,00	3	2,5	,5
5,00	4	2,5	1,5
6,00	1	2,5	-1,5
Total	15		

drill_post

	Observed N	Expected N	Residual
1,00	1	2,5	-1,5
2,00	1	2,5	-1,5
3,00	2	2,5	-,5
4,00	7	2,5	4,5
6,00	2	2,5	-,5
7,00	2	2,5	-,5
Total	15		

Test Statistics

	main pre	main post	drill pre	drill post
Chi-Square	3,000 ^a	4,733 ^b	3,000 ^a	10,200 ^a
df	5	7	5	5
Asymp. Sig.	,700	,692	,700	,070

a, 6 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5, The minimum expected cell frequency is 2,5,

b, 8 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5, The minimum expected cell frequency is 1,9,

Lampiran 7. Uji Homogenitas

Hasil Uji Homogenitas

Oneway

Descriptives

		N	Mean	Std, Deviation	Std, Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
pretest	bermain	15	4,7333	2,05171	,52975	3,5971	5,8695	2,00	9,00
	drill	15	3,6000	1,45406	,37544	2,7948	4,4052	1,00	6,00
	Total	30	4,1667	1,83985	,33591	3,4797	4,8537	1,00	9,00
posttest	bermain	15	6,2667	2,57645	,66524	4,8399	7,6935	3,00	11,00
	drill	15	4,2000	1,69874	,43861	3,2593	5,1407	1,00	7,00
	Total	30	5,2333	2,38795	,43598	4,3417	6,1250	1,00	11,00

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
pretest	1,532	1	28	,226
posttest	3,446	1	28	,074

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
pretest	Between Groups	9,633	1	9,633	3,047	,092
	Within Groups	88,533	28	3,162		
	Total	98,167	29			
posttest	Between Groups	32,033	1	32,033	6,727	,015
	Within Groups	133,333	28	4,762		
	Total	165,367	29			

Lampiran 8. Uji t-test

Hasil Uji Paired t Test

T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	main_pre	4,7333	15	2,05171	,52975
	main_post	6,2667	15	2,57645	,66524
Pair 2	drill_pre	3,6000	15	1,45406	,37544
	drill_post	4,2000	15	1,69874	,43861

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	main_pre & main_post	15	,758	,001
Pair 2	drill_pre & drill_post	15	,873	,000

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig, (2-tailed)
		Mean	Std, Deviation	Std, Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	main_pre - main_post	-1,53333	1,68466	,43498	-2,46627	-,60040	-3,525	14	,003
Pair 2	drill_pre - drill_post	-,60000	,82808	,21381	-1,05857	-,14143	-2,806	14	,014

Hasil Uji Independent t Test

T-Test

Group Statistics

group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
pretest bermain	15	4,7333	2,05171	,52975
drill	15	3,6000	1,45406	,37544
posttest bermain	15	6,2667	2,57645	,66524
drill	15	4,2000	1,69874	,43861

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
pretest	Equal variances assumed	1,532	,226	1,745	28	,092	1,13333	,64930	-,19669	2,46336
	Equal variances not assumed			1,745	25,230	,093	1,13333	,64930	-,20330	2,46997
posttest	Equal variances assumed	3,446	,074	2,594	28	,015	2,06667	,79682	,43446	3,69888
	Equal variances not assumed			2,594	24,237	,016	2,06667	,79682	,42297	3,71037

Lampiran 9. Realibilitas

Reliability

Scale: test passing bawah

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	30	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.920	2

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
test 1	4.10	2.093	.855	. ^a
test 2	3.57	2.461	.855	. ^a

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

Lampiran 10. Validitas

Validity

Correlations

Correlations

		test 1	test 2
test 1	Pearson Correlation	1.000	.855**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30.000	30
test 2	Pearson Correlation	.855**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30.000

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Koefisien reliabilitas sebesar 0,920, artinya sangat reliabel (0,800)

Koefisien validitas sebesar 0,855, artinya sangat valid (lebih dari 0,800)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 027/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

21 Januari 2015

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan izin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Krisna Girindra Putra
NIM : 07601241058
Program Studi : PJKR

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Oktober s.d November
Tempat/obyek : SD N Wediwutah
Judul Skripsi : Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Dril Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD N Wediwutah Tahun 2014/2015

Demikian surat izin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Dekan
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kaprodi PJKR
2. Pembimbing TAS
3. Mahasiswa ybs.



operator2@yahoo.com

PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN IJIN

070 /Reg / VI / 423 / I / 2015

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA** Nomor : **027/UN.34.16/PP/2015**

Tanggal : **21 JANUARI 2015** Perihal : **Ijin Penelitian**

Mengingat :

1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006 tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam Melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 tahun 2008 tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah;
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : **KRISNA GIRINDRA PUTRA** NIP/NIM : **07601241058**

Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, PJKR, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Judul : **PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN MELALUI METODE BERMAIN DAN METODE DRIL TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH PESERTA EKSTRAKURIKULER SD N WEDIWUTAH TAHUN AJARAN 2014/2015**

Lokasi : **KABUPATEN GUNUNGKIDUL**

Waktu : **22 Januari 2015 s/d 22 April 2015**

Dengan Ketentuan:

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan *softcopy* hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam bentuk *compact disk* (CD) maupun mengunggah (*upload*) melalui website : adbang.ioglaprov.go.id dan menunjukkan naskah cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentatati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website: adbang.ioglaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal **22 Januari 2015**

An. Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pengembangan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Dra. Puji Astuti, M.Si.
NIP. 19590525 198503 2 006

Tembusan:

- 1 Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan)
- 2 Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olah Raga DIY
- 3 Bupati Gunungkidul cq.KPPTSP
- 4 DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
- 5 Yang bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL

KANTOR PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU

Alamat : Jl. Brigjen. Katamso No.1 Wonosari Telp. 391942 Kode Pos : 55812

SURAT KETERANGAN / IJIN

Nomor : 049/KPTS/I/2015

Membaca : Surat dari Sekretariat Daerah DIY, Nomor : 070/REG/V/423/1/2015 , hal : Izin Penelitian

Mengingat : 1. Keputusan Menteri dalam Negeri Nomor 9 Tahun 1983 tentang Pedoman Pendataan Sumber dan Potensi Daerah;
2. Keputusan Menteri dalam Negeri Nomor 61 Tahun 1983 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan di lingkungan Departemen Dalam Negeri;
3. Surat Keputusan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 38/12/2004 tentang Pemberian Izin Penelitian di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta;

Dijijinkan kepada :
Nama : KRISNA GIRINDRA PUTRA NIM : 07601241058
Fakultas/Instansi : Ilmu Keolahragaan, PJKR / Universitas Negeri Yogyakarta.
Alamat Instansi : Jln. Colombo No. 1 Karangmalang, Yogyakarta.
Alamat Rumah : Gatak, Gari, Wonosari, Gunungkidul.
Keperluan : Ijin penelitian dengan judul: " PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN MELALUI METODE BERMAIN DAN METODE DRIL TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH PESERTA EKSTRAKURIKULER SD NEGERI WEDIWUTAH TAHUN 2014/2015 ".
Lokasi Penelitian : SD Negeri Wediwutah Semanu, Gunungkidul.
Dosen Pembimbing : Jaka Sunardi, M.Kes.
Waktunya : Mulai tanggal : 22/01/2015 sd. 22/04/2015
Dengan ketentuan :

Terlebih dahulu memenuhi/melaporkan diri kepada Pejabat setempat (Camat, Lurah/Kepala Desa, Kepala Instansi) untuk mendapat petunjuk seperlunya.

1. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat
2. Wajib memberi laporan hasil penelitiannya kepada Bupati Gunungkidul (cq. BAPPEDA Kab. Gunungkidul).
3. Ijin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.
4. Surat ijin ini dapat diajukan lagi untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.
5. Surat ijin ini dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut diatas. Kemudian kepada para Pejabat Pemerintah setempat diharapkan dapat memberikan bantuan seperlunya.

Dikeluarkan di : Wonosari

pada tanggal 22 Januari 2015

An. BUPATI GUNUNGKIDUL

KEPALA

KANTOR PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU
Drs. AZIS SALEH
NIP. 19660603 198602 1 002

Tembusan disampaikan kepada Yth.

1. Bupati Kab. Gunungkidul (Sebagai Laporan) ;
2. Kepala BAPPEDA Kab. Gunungkidul ;
3. Kepala Kantor KESBANGPOL Kab. Gunungkidul ;
4. Kepala Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kab. Gunungkidul ;
5. Kepala Sekolah SD Negeri Wediwutah, Semanu, Kab. Gunungkidul. ;
6. Arsip. ;



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA
SD NEGERI WEDIWUTAH
Wediwutah, Ngeposari, Semanu, Gunungkidul, Kode Pos 55893

SURAT KETERANGAN

Nomor : 005/SD.Ww/I/2015

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sri Siswidayani, S.Pd

Nip : 19700401 199103 2 008

Jabatan : Kepala Sekolah SD Negeri Wediwutah

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa,

Nama : Krisna Girindra Putra

Nim : 07601241058

Fakultas/Instansi : Ilmu Keolahragaan/ Universitas Negeri Yogyakarta

Alamat Instansi : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta

Alamat Rumah : Gatak, Gari, Wonosari, Gunungkidul

Telah melaksanakan penelitian tentang, Perbandingan Pengaruh Latihan Melalui Metode Bermain dan Metode Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Wediwutah Tahun 2014/2015, pada bulan Oktober sampai November di SD Negeri Wediwutah.

Demikian surat ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wediwutah, 24 Januari 2015
Kepala Sekolah,

Sri Siswidayani, S.Pd
NIP. 19700401 199103 2 008



Lampiran 12. Jadwal Kegiatan Treatment Metode Bermain

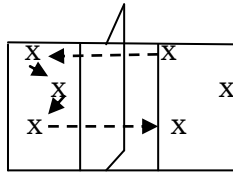
JADWAL KEGIATAN TREATMENT METODE BERMAIN

No.	Kegiatan Perlakuan	Keterangan
1.	<i>Pre test</i>	Test awal
2.	Pertemuan ke-1 sampai pertemuan ke-3 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 3 kali, lemparan nomor 3 harus dilempar ke team lawan. – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
3.	Pertemuan ke-4 sampai pertemuan ke-6 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 2 kali, 1 kali <i>passing</i> bawah yang di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua dilempar, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

4.	Pertemuan ke-7 sampai pertemuan ke-9 - Pendahuluan <i>Warming up</i> - Inti : <u>Game</u> - Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. - Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 1 kali, 2 kali <i>passing</i> bawah, bola terakhir di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua harus di <i>passing</i> bawah, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). - Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
5.	Pertemuan ke-10 sampai pertemuan ke-12 - Pendahuluan - Warming up - Inti : <u>Game</u> - Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. - Setiap team harus saling <i>passing</i> bawah sebanyak 3 kali, <i>passing</i> bawah terakhir wajib di tujukan ke team lawan. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
6.	Pertemuan ke-13 sampai pertemuan ke-14 - Pendahuluan - Warming up - Inti : <u>Game</u> - Bermain bola voli dengan	Waktu 90 menit

	teknik <i>passing</i> bawah menggunakan lapangan dengan tinggi net 2 meter dan masing-masing tim 5 anak. – Peraturan permainan hanya <i>passing</i> bawah, jika selain <i>passing</i> bawah dinyatakan mati. – Permainan <i>two winning set</i> dengan <i>game over</i> 15. 4. <i>Cooling down</i> dan penutup.	
7.	Pertemuan ke-15 sampai pertemuan ke-16 1. Pendahuluan 2. Warming up 3. inti : <u>Game</u> – Bermain bola voli dengan teknik <i>passing</i> bawah menggunakan lapangan dengan tinggi net 2,1 meter dan masing-masing tim 5 anak. – Peraturan permainan hanya <i>passing</i> bawah, jika selain <i>passing</i> bawah dinyatakan mati. – Permainan <i>three winning set</i> dengan <i>game over</i> 15. 4. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
8.	<i>Post test</i>	Tes akhir

Pertemuan ke-1

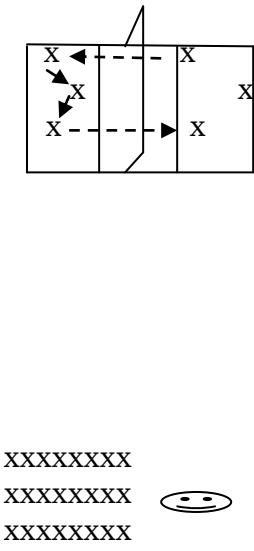
No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx  xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 3 kali, lemparan nomor 3 harus dilempar ke team lawan. – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

-----> : bola ditujukan ke team lawan

————> : lempar tangkap

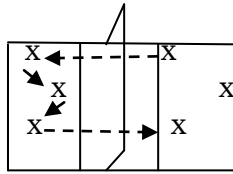
Pertemuan ke-2

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	XXXXXXXXX XXXXXXXXX XXXXXXXXX  XXXXXXXXX XXXXXXXXX XXXXXXXXX	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 3 kali, lemparan nomor 3 harus dilempar ke team lawan. – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

- ➔ : bola ditujukan ke team lawan
————➔ : lempar tangkap

Pertemuan ke-3

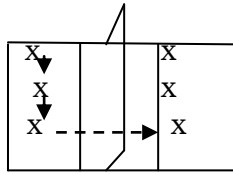
No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx  xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 3 kali, lemparan nomor 3 harus dilempar ke team lawan. – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

-----➔ : bola ditujukan ke team lawan

————➔ : lempar tangkap

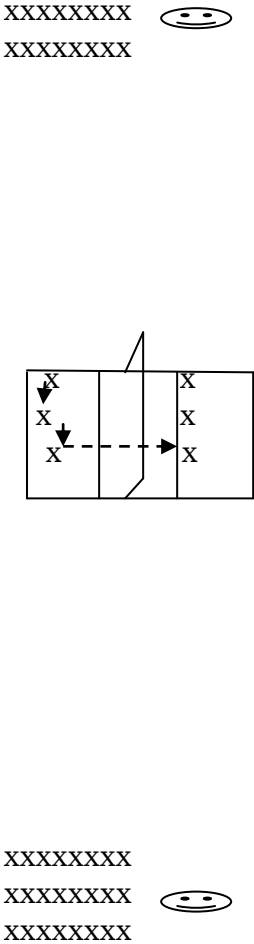
Pertemuan ke-4

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx  xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 2 kali, 1 kali <i>passing</i> bawah yang di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua dilempar, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

—————→ : lempar tangkap
-----→ : *passing* bawah

Pertemuan ke-5

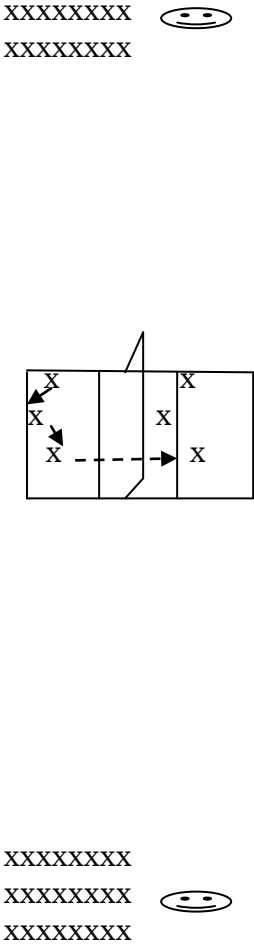
No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 2 kali, 1 kali <i>passing</i> bawah yang di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua dilempar, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

—————→ : lempar tangkap

-----→ : *passing* bawah

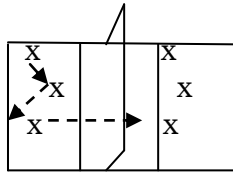
Pertemuan ke-6

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 2 kali, 1 kali <i>passing</i> bawah yang di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua dilempar, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

—————→ : lempar tangkap
 -----→ : *passing* bawah

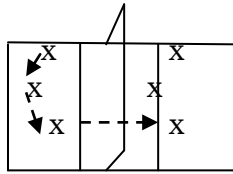
Pertemuan ke-7

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 1 kali, 2 kali <i>passing</i> bawah, bola terakhir di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua harus di <i>passing</i> bawah, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

—————→ : lempar tangkap
-----→ : *passing* bawah

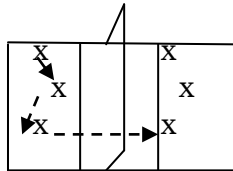
Pertemuan ke-8

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx  xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 1 kali, 2 kali <i>passing</i> bawah, bola terakhir di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua harus di <i>passing</i> bawah, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

—————→ : lempar tangkap
-----→ : *passing* bawah

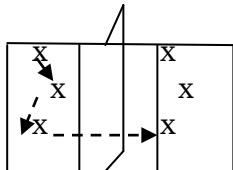
Pertemuan ke-9

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling lempar tangkap bola sebanyak 1 kali, 2 kali <i>passing</i> bawah, bola terakhir di tujukan ke team lawan. (bola pertama dilempar, bola kedua harus di <i>passing</i> bawah, bola ke tiga harus di <i>passing</i> bawah ke team lawan). – Saat melempar bola kedua tangan harus lurus dan ayunan dari bawah ke atas. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

—————→ : lempar tangkap
-----→ : *passing* bawah

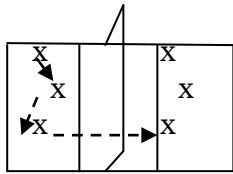
Pertemuan ke-10

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>Game</u> - Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. - Setiap team harus saling <i>passing</i> bawah sebanyak 3 kali, <i>passing</i> bawah terakhir wajib di tujukan ke team lawan. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

-----➡ : arah *passing*

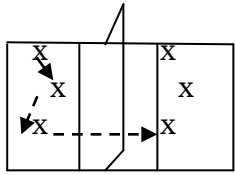
Pertemuan ke-11

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx  xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx	a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling <i>passing</i> bawah sebanyak 3 kali, passing bawah terakhir wajib di tujukan ke team lawan. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

arah passing: ----->

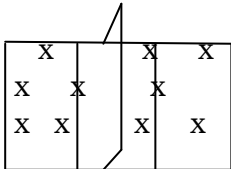
Pertemuan ke- 12

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>Game</u> – Menggunakan lapangan dengan tinggi net 1 meter, dan setiap team terdiri dari 3 anak. – Setiap team harus saling <i>passing</i> bawah sebanyak 3 kali, <i>passing</i> bawah terakhir wajib di tujukan ke team lawan. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

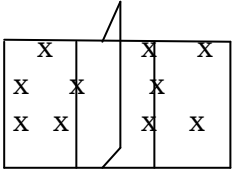
Keterangan:

-----> : arah *passing*

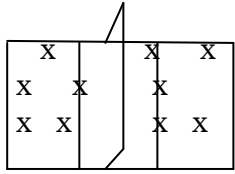
Pertemuan ke- 13

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>Game</u> – Bermain bola voli dengan teknik <i>passing</i> bawah menggunakan lapangan dengan tinggi net 2 meter dan masing-masing tim 5 anak. – Peraturan permainan hanya <i>passing</i> bawah, jika selain <i>passing</i> bawah dinyatakan mati. – Permainan <i>two winning set</i> dengan <i>game over</i> 15. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

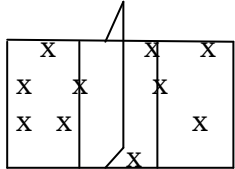
Pertemuan ke- 14

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	XXXXXXXX XXXXXXXX XXXXXXXX  XXXXXXXX XXXXXXXX XXXXXXXX	a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>Game</u> – Bermain bola voli dengan teknik <i>passing</i> bawah menggunakan lapangan dengan tinggi net 2 meter dan masing-masing tim 5 anak. – Peraturan permainan hanya <i>passing</i> bawah, jika selain <i>passing</i> bawah dinyatakan mati. – Permainan <i>two winning set</i> dengan <i>game over</i> 15. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Pertemuan ke- 15

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. Warming up c. inti : <u>Game</u> – Bermain bola voli dengan teknik <i>passing</i> bawah menggunakan lapangan dengan tinggi net 2,1 meter dan masing-masing tim 5 anak. – Peraturan permainan hanya <i>passing</i> bawah, jika selain <i>passing</i> bawah dinyatakan mati. – Permainan <i>three winning set</i> dengan <i>game over</i> 15. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Pertemuan ke- 16

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx  xxxxxxxxx xxxxxxxxx xxxxxxxxx	a. Pendahuluan b. Warming up c. inti : <u>Game</u> – Bermain bola voli dengan teknik <i>passing</i> bawah menggunakan lapangan dengan tinggi net 2,1 meter dan masing-masing tim 5 anak. – Peraturan permainan hanya <i>passing</i> bawah, jika selain <i>passing</i> bawah dinyatakan mati. – Permainan <i>three winning set</i> dengan <i>game over</i> 15. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Lampiran 13. Jadwal Kegiatan Treatment Metode Drill

JADWAL KEGIATAN TREATMENT METODE DRILL

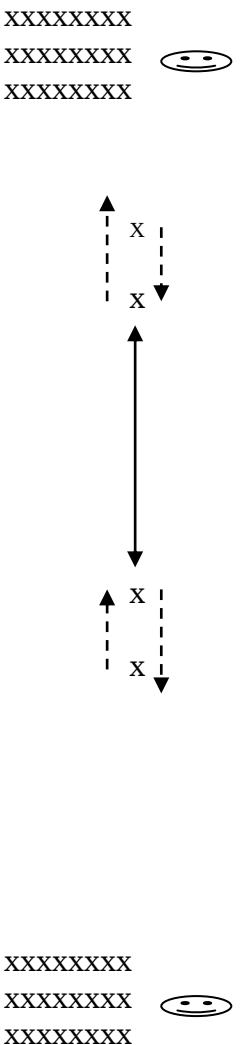
No.	Kegiatan Perlakuan	Keterangan
1.	<i>Pre test</i>	Test awal
2.	Pertemuan ke-1 sampai pertemuan ke-3 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian ditangkap anak yang duduk kemudian dilempar kembali, (sebagai pembiasaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
3.	Pertemuan ke-4 sampai pertemuan ke-6 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap	Waktu 90 menit

	<i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri meletakkan bola di pergelangan tangan anak yang duduk, kemudian anak yang duduk mengayunkan tangan ke atas ke bawah, anak yang berdiri menekan bola agar tidak jatuh, (sebagai pembiasaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	
4.	Pertemuan ke-7 sampai pertemuan ke-9 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u><i>drill</i></u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang duduk memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola ditangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
5.	Pertemuan ke-10 sampai pertemuan ke-12 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u><i>drill</i></u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah	Waktu 90 menit

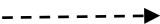
	dengan posisi jongkok, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang jongkok memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang jongkok memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	
6.	Pertemuan ke-13 sampai pertemuan ke-14 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi berdiri, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Salah satu anak memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang memegang bola melempar bola kemudian di passing ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang melempar bola. – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit
7.	Pertemuan ke-15 sampai pertemuan ke-16 a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i>	Waktu 90 menit

	c. Inti : <u>drill</u> – Melakukan lempar tangkap berpasangan – Salah satu melempar, yang satu melakukan <i>passing</i> bawah – Saling melakukan <i>passing</i> bawah d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	
8.	<i>Post test</i>	Tes akhir

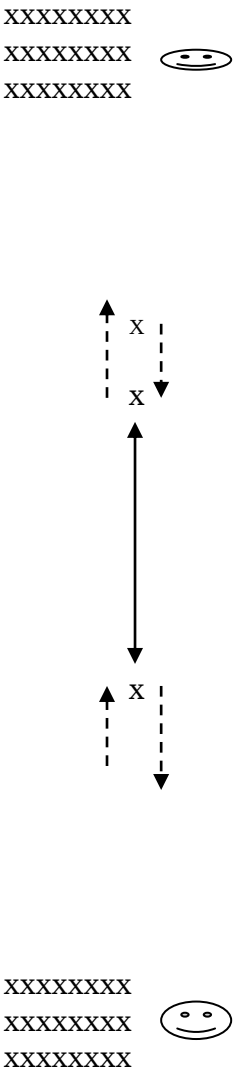
Pertemuan ke-1

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian ditangkap anak yang duduk kemudian dilempar kembali, (sebagai pembiasaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

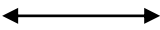
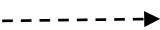
Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

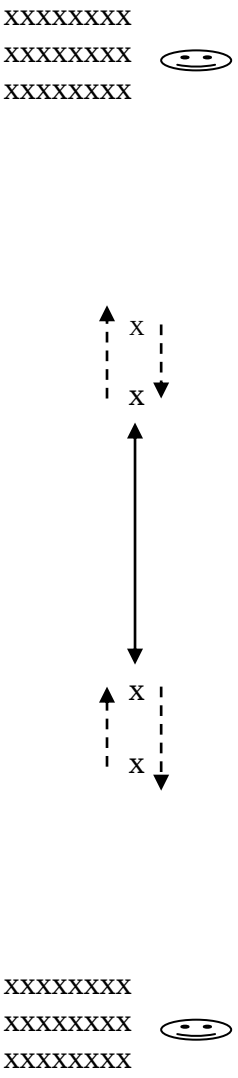
Pertemuan ke-2

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian ditangkap anak yang duduk kemudian dilempar kembali, (sebagai pembiasaaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

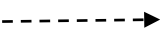
Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

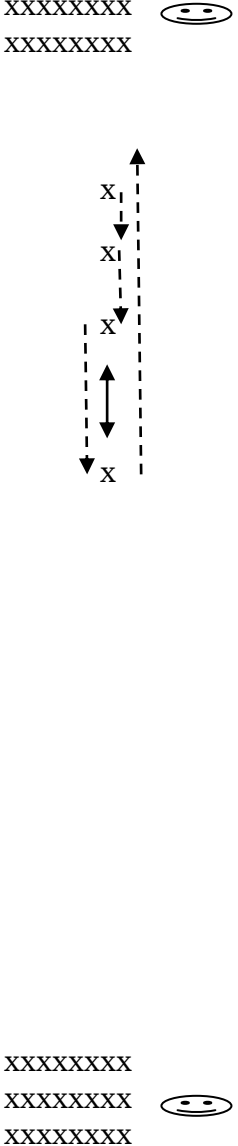
Pertemuan ke-3

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap <i>passing</i> bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian ditangkap anak yang duduk kemudian dilempar kembali, (sebagai pembiasaaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

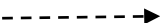
Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

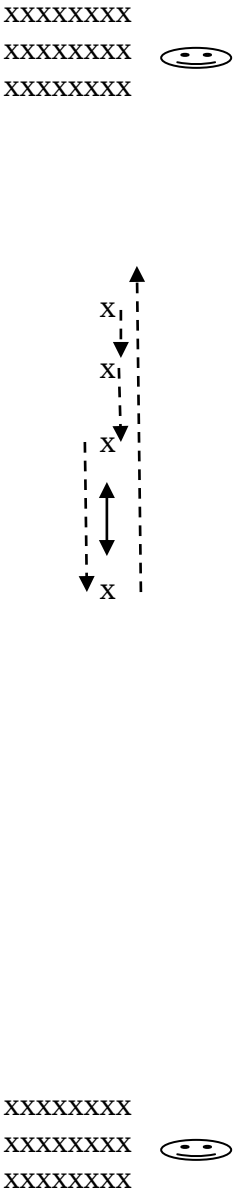
Pertemuan ke-4

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri meletakkan bola di pergelangan tangan anak yang duduk, kemudian anak yang duduk mengayunkan tangan ke atas ke bawah, anak yang berdiri menekan bola agar tidak jatuh, (sebagai pembiasaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

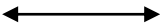
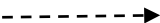
Keterangan:

-  : arah bola
 : arah gerak anak

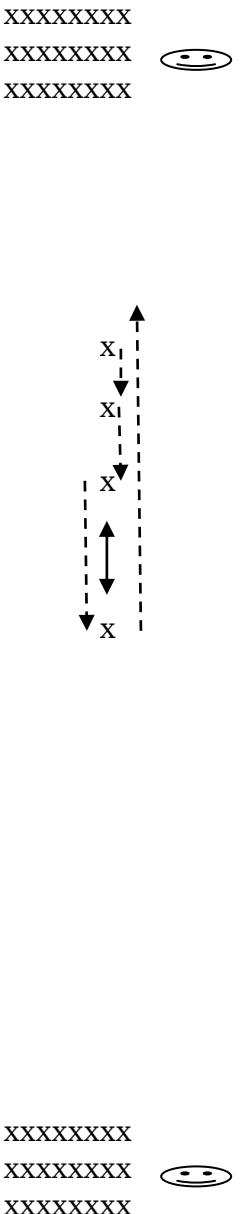
Pertemuan ke-5

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri meletakkan bola di pergelangan tangan anak yang duduk, kemudian anak yang duduk mengayunkan tangan ke atas ke bawah, anak yang berdiri menekan bola agar tidak jatuh, (sebagai pembiasaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

-  : arah bola
 : arah gerak anak

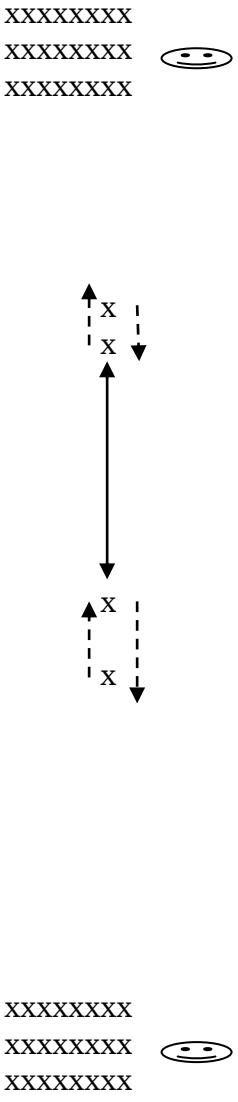
Pertemuan ke-6

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri meletakkan bola di pergelangan tangan anak yang duduk, kemudian anak yang duduk mengayunkan tangan ke atas ke bawah, anak yang berdiri menekan bola agar tidak jatuh, (sebagai pembiasaan sikap tangan). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

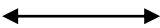
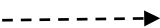
Keterangan:

-  : arah bola
 : arah gerak anak

Pertemuan ke-7

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		e. Pendahuluan f. <i>Warming up</i> g. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang duduk memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. h. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

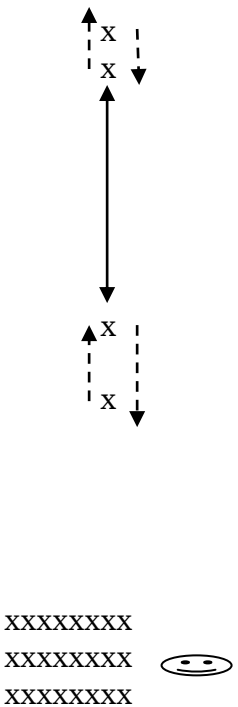
Pertemuan ke-8

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang duduk memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

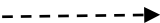
Keterangan:

: arah bola
 : arah gerak anak

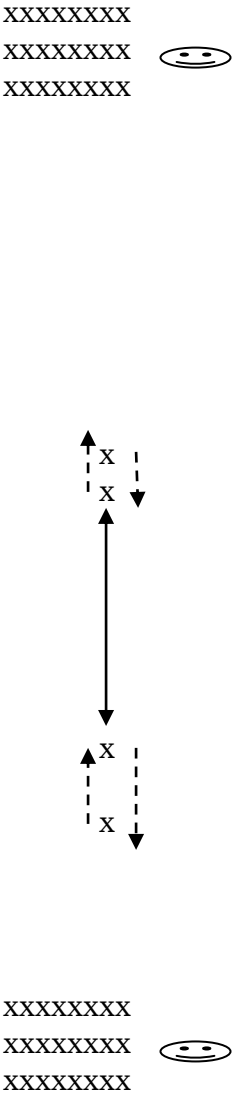
Pertemuan ke-9

No.	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.	xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx  xxxxxxxx xxxxxxxx xxxxxxxx	a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi duduk, kaki kangkang lurus, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang duduk memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang duduk memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

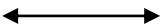
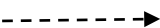
Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

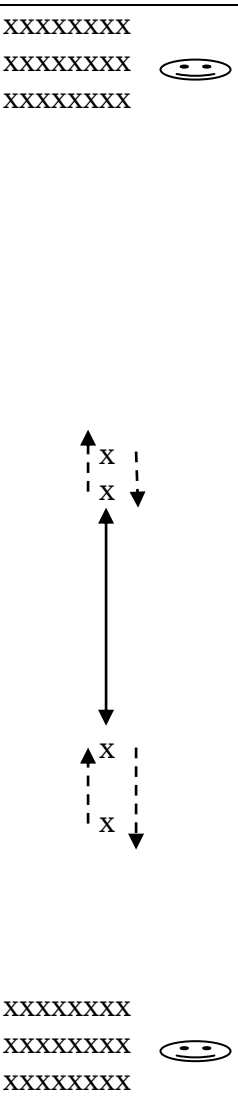
Pertemuan ke-10

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi jongkok, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang jongkok memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang jongkok memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

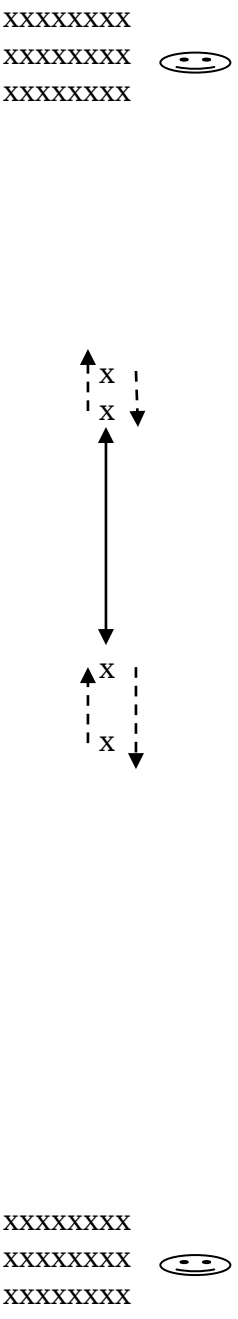
Pertemuan ke-11

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi jongkok, salah satu teman di depan nya memegang bola. – Anak yang jongkok memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang jongkok memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

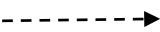
Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

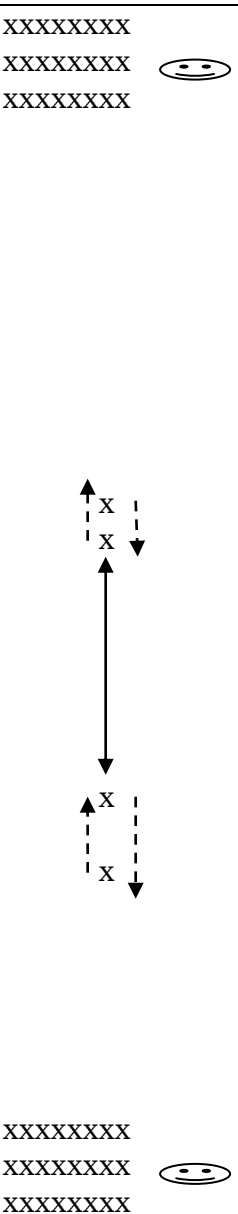
Pertemuan ke- 12

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi jongkok, salah satu teman di depannya memegang bola. – Anak yang jongkok memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang berdiri melempar bola kemudian anak yang jongkok memassing bola ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang berdiri (pelempar bola). – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

 : arah bola
 : arah gerak anak

Pertemuan ke- 13

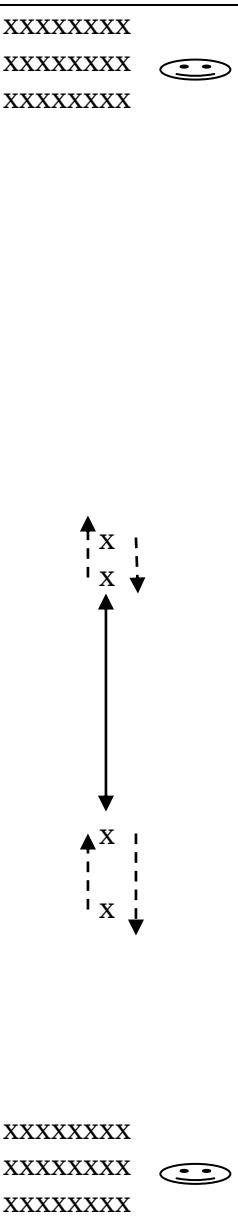
No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi berdiri, salah satu teman di depannya memegang bola. – Salah satu anak memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang memegang bola melempar bola kemudian di passing ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang melempar bola. – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

↔ : arah bola

-----> : arah gerak anak

Pertemuan ke- 14

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. <i>Warming up</i> c. Inti : <u>drill</u> – Pengenalan sikap passing bawah dengan posisi berdiri, salah satu teman di depannya memegang bola. – Salah satu anak memposisikan tangan lurus menyatukan telapak tangan sebagai pembiasaan sikap <i>passing</i> bawah. – Anak yang memegang bola melempar bola kemudian di passing ke arah si pelempar, kemudian bola di tangkap oleh anak yang melempar bola. – Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian. d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

↔ : arah bola

-----> : arah gerak anak

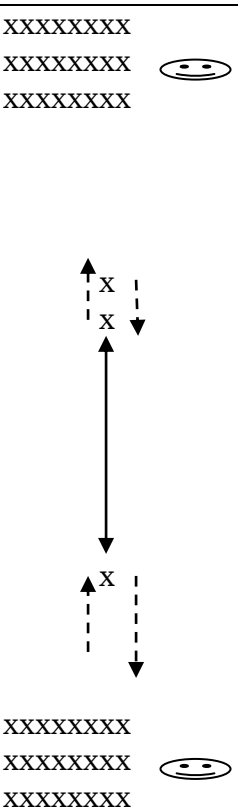
Pertemuan ke- 15

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>drill</u> – Melakukan lempar tangkap berpasangan – Salah satu melempar, yang satu melakukan <i>passing</i> bawah – Saling melakukan <i>passing</i> bawah d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

- : arah bola
 : arah gerak anak

Pertemuan ke- 16

No	Gambar	Diskripsi Kegiatan	Keterangan
1.		a. Pendahuluan b. Warming up c. Inti : <u>drill</u> – Melakukan lempar tangkap berpasangan – Salah satu melempar, yang satu melakukan <i>passing</i> bawah – Saling melakukan <i>passing</i> bawah d. <i>Cooling down</i> dan penutup.	Waktu 90 menit

Keterangan:

↔ : arah bola

-----> : arah gerak anak

Lampiran 14. Lampiran Dokumentasi



Foto 1. Contoh Metode Bermain



Foto 2. Contoh Metode Bermain



Foto 3. Contoh Metode drill



Foto 4. Contoh Metode Drill



Gambar 5. Pengambilan Pretest



Foto 6. Pengambilan Posttest