

**KETRAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI SISWA KELAS V
SD NEGERI SUNGAPAN KECAMATAN KOKAP
KABUPATEN KULON PROGO
TAHUN AJARAN 2014/ 2015**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memenuhi Gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh :
AGUS SUYANTI
NIM 13604227125**

**PRODI PGSD PENJAS (PKS)
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSESTUJUAN

Skripsi yang berjudul “Ketrampilan *Passing* Bawah Bola Voli Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015” yang disusun oleh Agus Suyanti, NIM 13604227125 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 19 Juni 2015
Pembimbing



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

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Ketrampilan *Passing* bawah BolaVoli Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015” yang disusun oleh Agus Suyanti, NIM 13604227125 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 03 Juli 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Rumpis Agus S, M.S	Ketua Penguji		
Komarudin, M.A	Sekretaris Penguji		6/7 15
Dr. Subagyo	Penguji I (Utama)		6/7 15
Amat Komari, M.Si	Penguji II (Pendamping)		6/7 15

Yogyakarta, Juli 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta



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

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri.

Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah yang lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli.

Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 19 Juni 2015
Yang Menyatakan



AGUS SUYANTI
NIM 13604227125

MOTTO

“Rencana terindah adalah rencana Allah SWT maka apa yang ada pada kita itu adalah yang terbaik untuk kita” (Mario Teguh)

“Waktu akan selalu terus berjalan maka lakukan yang terbaik apa yang dapat kita lakukan” (Penulis)

“Lakukanlah pekerjaan yang terbaik dan hasil bukan titik akhir, melainkan upaya kita untuk menjadi kesuksesan kelak” (Penulis)

PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

- *Suamiku Silik Haryanto yang selalu memberi motivasi dan semangat yang tinggi.*
- *Ipah Zukhoriyah, Ikkoh Yualifah, Silmiana Hawali, Hasna Annuha Syakila keempat Putriku yang selalu membuat aku semangat untuk belajar.*

**KETRAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI SISWA KELAS V
SD NEGERI SUNGAPAN KECAMATAN KOKAP
KABUPATEN KULON PROGO
TAHUN AJARAN 2014/ 2015**

Oleh:

Agus Suyanti
NIM 13604227125

ABSTRAK

Penelitian ini berlatar belakang belum maksimalnya pembelajaran yang diberikan, serta seberapa besar keterampilan dasar *passing* bawah bola voli dan sarana prasarana khususnya permainan bola voli masih belum memadai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015.

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo, yang berusia 10-12 tahun yang keseluruhannya berjumlah 16 siswa. Objek penelitian ini berupa keterampilan *passing* bawah bola voli. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data menggunakan metode survey dengan tes dan Pengukuran. Adapun metode penelitiannya deskriptif dilakukan tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan variabel lain.. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis teknik deskriptif persentase dengan mengklasifikasikan jumlah nilai keterampilan *passing* bawah dari tes tersebut.

Hasil penelitian dari sebanyak 16 siswa kelas V SD Negeri Sungapan di Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015 yang memiliki keterampilan *passing* sedang'bolavoli berkategori "sangat baik" 1 siswa, (6.25 %), baik " 3 siswa (18,75 %), "sedang " 9 siswa (56.25%), kurang baik 1 siswa (6.25%), sangat kurang baik 2 siswa (12,50%). Sebagian besar ketrampilan *passing* bawah kelas V SD Negeri Sungapan Keamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo dalam kategori sedang.

Kata Kunci: *Ketrampilan, passing bawah, siswa kelas V.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga tugas skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi dengan judul “Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Siswa Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap di Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015”.

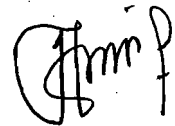
Disadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak dapat terwujud, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, MA, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah mengizinkan untuk menyelesaikan kuliah di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.Si Dekan FIK Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberi ijin dalam penulisan skripsi ini dan sekaligus dosen pembimbing yang banyak memberikan dorongan dan arahan dalam penulisan skripsi ini.
3. Amat Komari, M. Si Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberi kemudahan dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Sriawan, M.Kes Koordinator Prodi PGSD yang telah memberi rekomendasi atas penulisan skripsi ini.
5. Sri Mawarti, M.Kes Penasehat Akademik memberikan dukungan dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah membantu terselesaikannya penulisan skripsi ini.

7. Muhaminan Khayi, Kepala Sekolah SD Negeri Sungapan yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.
8. Teman-teman kelas Q PKS Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2013 terima kasih atas dukungan dan bantuan kalian.
9. Siswa-siswi Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap di Kabupaten Kulon Progo yang telah bersedia menjadi testi dalam penelitian ini.
10. Almamater UNY

Disadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran, kritik yang membangun untuk perbaikan lebih lanjut. Akhir kata semoga tulisan ini bermanfaat bagi para pembaca, dan bagi dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani.

Yogtakarta, 04 Juli 2015
Penulis



Agus Suyanti
NIM 13604227125

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	8
1. Hakikat Keterampilan	8
2. Hakikat Permainan Bolavoli	10
a. Permainan Bolavoli	10
b. Bolavoli untuk Anak Sekolah Dasar	12
3. Teknik Permainan Bolavoli	13
4. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sungapan	21
B. Penelitian yang Relevan	23
C. Kerangka Berpikir	24
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	26
D. Waktu dan Tempat Penelitian	26
E. Instrumen Penelitian	26
F. Metode dan Teknik Pengumpulan Data	29
G. Teknik Analisis Data	29

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	30
B. Hasil Penelitian	31
C. Pembahasan	32
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	36
B. Implikasi Penelitian	36
C. Keterbatasan Penelitian	37
D. Saran	38
 DAFTAR PUSTAKA	 39
 LAMPIRAN	 41

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Skor Persentil Tes <i>Passing</i> Didasarkan Atas Umur dan Skor Hasil..	28
Tabel 2. Pengkategorian	30
Tabel 3. Data Hasil Keterampilan Bolavoli.....	30
Tabel 4. Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Bolavoli Kelas V SD N Sungapan dalam presentase.....	31

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Sikap Tangan Saat Perkenaan Bola pada saat <i>Passing</i> Atas.....	16
Gambar 2. Sikap Perkenaan Bola Saat Melakukan <i>Passing</i> Atas	16
Gambar 3. Sikap Tangan Pemukul dan Posisi Tubuh Saat Akan Perkenaan Bola dalam Pelaksanaan <i>Passing</i> Bawah	18
Gambar 4. Lapangan Bolavoli yang Telah Ditandai dengan Garis	27
Gambar 5. Histogram Hasil Tes Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Siswa Kelas V SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo	31
Gambar 6. Persentase Data Keterampilan <i>Passing</i> Bawah.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari UNY	42
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dari UPTD PAUD dan DIKDAS Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo	43
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari Sekolah	44
Lampiran 4. Silabus	45
Lampiran 5. Tabel Daftar Uji Tes <i>Passing</i> Bawah	49
Lampiran 6. Tabel Frekuensi	50
Lampiran 7. Tabel Frekuensi Komulatif	51
Lampiran 8. Tabel Kategori dan Persentase	52
Lampiran 9. Foto Penelitian	54
Lampiran 10. Data Nama dan Tempat Tanggal Lahir Siswa Kelas V SD N Sungapan	57

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga kesehatan terpilih, yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dipilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Oleh karena itu dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah harus menyertakan unsur-unsur positif pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani di sekolah dasar terdiri dari permainan, atletik, senam, renang (aktivitas air), olahraga tradisional dan aktivitas luarkelas.

Dalam pendidikan jasmani permainan merupakan olahraga yang paling digemari siswa, salah satu diantaranya permainan bola voli.

Menurut Vierra (1996) bola voli merupakan jenis permainan olahraga beregu yang masing-masing regu dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam satu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola kearah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan tidak dapat mengembalikan bola. Permainan bola voli untuk setiap pemain dituntut harus mengerti dan memahami prinsip-prinsip serta aturan permainan bola voli.

Menurut M. Yunus (1992: 1), permainan bola voli, bola harus selalu divoli artinya memainkan bola sebelum jatuh atau menyentuh lantai yang sebagai aturan dasar. Bola boleh dipantulkan bagian badan seperti kaki dan tungkai, apabila bola datang dengan cepat dan jangkauan kurang untuk mengambil bola. Perkembangannya bola dapat dimainkan dengan seluruh anggota badan. Syarat pantulan bola harus sempurna sesuai dengan peraturan yang berlaku. Bola voli dimainkan oleh dalam suatu regu hanya tiga kali dalam saat bola berada satu regu. Setiap pemain tidak boleh memainkan bola lebih dari satu kali berturut-turut.

Permainan bola voli merupakan aktivitas kelompok, kemampuan suatu regu bola voli ditentukan oleh keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh setiap anggota regu dalam melakukan fungsinya masing-masing. Seperti dalam cabang olahraga lainnya, kunci keberhasilan untuk menjadi seorang

pemain yang baik adalah dengan mempelajari teknik permainan yang benar sejak dini. Untuk dapat bermain bola voli dengan baik, keterampilan bermain bola voli merupakan dasar yang harus dimiliki setiap seorang pemain. Dapat dikatakan semakin baik tingkat keterampilan pemain, maka semakin besar kesempatan untuk berprestasi. Sebaliknya jika pemain kurang terampil, maka keinginan untuk berprestasi akan berkurang.

Permainan bola voli juga termasuk dalam silabus sekolah dasar yang harus diajarkan oleh setiap guru Penjaskes. Dengan demikian guru akan mengambil nilai dari materi yang diajarkan salah satunya adalah permainan bola voli. Jika seseorang guru memberikan materi dasar saja walaupun hanya *service, passing, smash* dan mengujikannya, secara tidak langsung seorang guru akan mengetahui potensi-potensi yang dimiliki oleh siswa.

SD Negeri Sungapan Kokap merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang berada di Kecamatan Kokap dan Kabupaten Kulon Progo. Salah satu permainan yang diberikan di sekolah dasar adalah permainan bola voli. Berdasarkan silabus di SD Negeri Sungapan Kokap permainan bola voli diajarkan 2-3 kali pertemuan. Pertemuan 2-3 kali dirasa masih sangat kurang untuk bias bermain bola voli. Setiap pertemuan guru memberikan salah satu materi teknik-teknik dasar bola voli. Materi yang sudah diajarkan adalah *passingbawah, passing atas dan servis*.

Olahraga bola voli merupakan olahraga favorit, meskipun sarana prasarana tidak memadai pembelajaran Penjas di SD Negeri Sungapan banyak diisi permainan bola voli. Hal ini dapat dilihat dari setiap siswa

bermain bola voli dengan sendirinya. Guru tidak mengatur maupun mengawasinya, karena mereka mengisi waktu luang mengambil bola dan mengajak teman-teman untuk bermain dengan cara mereka sendiri tanpa ada peraturan yang baku.

Fasilitas yang kurang mendukung dapat dilihat dari salah satu tiang voli patah, untuk bermain bola voli harus menancapkan tiang dari bambu atau kayu. Bila bola mengenai tiang maupun net dengan keras, net sering mengendur dan tiang bergerak, untuk membenarkan tiang maupun netnya permainan sering berhenti. Sehingga permainan bola voli tidak sesuai dengan harapan.

Penilaian pembelajaran bola voli di SD Negeri Sungapan Kokap belum memenuhi standar, karena penilaian keterampilan bola voli tidak menggunakan tes yang baku dan penilaiannya berdasar menilai siswa sebatas dengan cara mereka bermain bola voli secara antusias atau tidak, menilai siswa dengan melakukan *passing* bawah dengan jumlah yang ditentukan oleh guru kemudian menilainya. Pengamatan yang dilakukan ini tanpa ada standarnya atau kriterianya.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian dengan judul “Ketrampilan *Passing* bawah permainan Bola Voli Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten KulonProgo Tahun Ajaran 2014/ 2015”.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasar latar belakang yang dikemukakan di atas. Maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Sarana dan prasarana untuk pembelajaran Penjas khususnya permainan bola voli yang masih kurang memadai.
2. Belum pernah dilakukan tes keterampilan bola voli secara baku.
3. Belum diketahui seberapa besar minat siswa tentang permainan bola voli.
4. Belum diketahui keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas V di SD Negeri Sungapan Kokap.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka peneliti membatasi masalahnya itu upaya meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SD Negeri Sungapan Kokap di Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut: Seberapa besar upaya meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SD Negeri Sungapan Kokap di Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli

siswa kelas V SD Negeri Sungapan Kokap di Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini diantaranya:

1. Secara Teoritis

Penelitian dengan judul “Ketrampilan *Passing* bawah Bola Voli Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015”, akan memberikan tambahan kajian mengenai penilaian dalam olahraga permainan bola voli.

2. Secara Praktis

Penelitian dengan judul “Ketrampilan *Passing* bawah Bola Voli Kelas V SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/ 2015”, ini akan bermanfaat pada:

a. Bagi guru

- 1) Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk memperbaiki dan menyempurnakan program latihan.
- 2) Memberikan gambaran bagi guru untuk mengetahui keterampilan *passing* bawah siswa-siswinya.
- 3) Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui hasil belajar siswa.
- 4) Sebagai alat ukur keterampilan bola voli dalam rangka mendukung pembinaan.

b. Bagi siswa

- 1) Meningkatkan tingkat keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli
- 2) Siswa dapat lebih aktif dalam mengikuti proses latihan di lapangan
- 3) Siswa lebih mudah dalam melakukan permainan bola voli

c. Bagi pembaca

Penelitian ini dapat digunakan menjadi referensi untuk membuat penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Keterampilan

Menurut Amung Ma'mum dan M. Yudha (2000: 57), keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut. Sedangkan menurut Atmaja (2010), hakikat keterampilan adalah suatu ilmu yang diberikan kepada manusia, kemampuan manusia dalam mengembangkan keterampilan yang dipunyai memang tidak mudah, perlu mempelajari, perlu menggali agar lebih terampil. Keterampilan merupakan ilmu yang secara lahiriah ada dalam diri manusia dan perlunya dipelajari secara mendalam dengan mengembangkan keterampilan yang dimiliki.

Menurut Amung Ma'mum dan M. Yudha (2000: 57 – 59), secara umum keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu juga diartikan sebagai perbuatan atau suatu tugas dan sebagai indikator dari tingkat kemahiran, seseorang terampil apabila sebuah kegiatan yang dilakukan dapat ditandai dengan adanya kemampuan dirinya untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas yang tinggi dan tingkat ketepatan yang tepat. Untuk memiliki keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau

diperoleh serta faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan. Pada intinya keterampilan itu dapat diperoleh apabila dipelajari atau dilatih dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan yang dilakukan secara terus-menerus dan berjangka waktu yang memadai. Pada hakikatnya seluruh tugas dalam kehidupan sehari-hari senantiasa melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan itu baru dapat diperoleh apabila dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau pelatihan.

Menurut Sudrajat Prawirasaputra (2004), keterampilan dasar secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu : (1) keterampilan lokomotor; (2) keterampilan non lokomotor; (3) keterampilan manipulatif. Keterampilan lokomotor adalah keterampilan untuk menggerakkan badan-badan dalam titik berat badan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, contohnya : gerakan melangkah, jalan, lari, lompat, dan loncat. Keterampilan non lokomotor adalah jenis keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan menetap, statis, kaki tetap menumpu pada bidang tumpu atau tangan tetap berpegangan pada pegangan. Contohnya : berdiri tegak dengan satu kaki diangkat. Sedangkan keterampilan manipulatif adalah keterampilan anggota badan, tangan atau kaki. Contohnya melakukan *passing* dengan baik.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan adalah kemampuan gerak, baik lokomotor, non lokomotor,

dan manipulatif dengan tingkat tertentu dalam suatu tujuan efisien dan efektif.

2. Hakikat Permainan Bolavoli

a. Permainan bolavoli

Menurut M. Yunus (1992: 2), permainan bolavoli diciptakan pada tahun 1895 oleh William G. Morgan. Dia adalah seorang pembina dalam pendidikan jasmani pada asosiasi pemuda kristiani bernama *Young Men Christian Association* (YMCA) di kota Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. Awal mula nama permainan ini adalah *minotodimana* permainan ini mirip dengan badminton, dan permainan ini mulanya dimainkan oleh banyak orang, tidak terbatas sesuai dengan tujuan semula, yaitu untuk mengembangkan kesegaran jasmani para buruh di samping mereka juga bersenam massal. William G. Morgan kemudian melanjutkan idenya untuk mengembangkan permainan agar mencapai cabang olahraga yang dipertandingkan, nama permainan kemudian menjadi *volley ball* yang artinya kurang lebih memvolikan bola secara berganti-ganti.

Permainan bolavoli adalah olahraga beregu yang dalam pelaksanaan permainannya dilakukan dengan memantulkan bola secara bergantian dari tim yang satu ke lawannya bertujuan untuk mematikan lawan dan memperoleh kemenangan. Maksud dan tujuan permainan bolavoli adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan

dengan mematikan bola itu di daerah lawan. Semua bagian tubuh dapat digunakan untuk memainkan bola.

Menurut Robinson Bonnie (1997), bolavoli adalah permainan yang dilakukan di lapangan persegi panjang yang lebarnya 900 cm dan panjang 1800 cm dibatasi oleh garis-garis selebar 5 cm, di tengah-tengahnya dipasang jaring yang lebarnya 90 cm dan panjangnya 950 cm, terbentang kuat dan tinggi sampai 243 cm untuk putera dan puteri 224 cm.

Menurut M. Yunus (1992: 1 – 2), permainan bolavoli hakikatnya adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu ringangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola di daerah lawan, memantulkan bola sebelum bola jatuh atau sebelum menyentuh lantai. Sebagai aturan dasar bola boleh dipantulkan seluruh anggota badan dan menyeberangkan melalui net ke lapangan lawan. Permainan bolavoli dimainkan oleh dua regu, tiap regu hanya boleh memvoli bola sebanyak tiga kali dan tiap pemain tidak melakukan sentuhan dua kali berturut-turut, kecuali *blocking*.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu di lapangan dengan tengah-tengah dipasang jaring/net yang mana semua itu sudah ditentukan ukurannya secara baku. Bola dimainkan dengan cara memvoli bola di udara dan melewatkan di atas jaring dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lawan.

b. Bolavoli untuk Anak Sekolah Dasar

Permainan bolavoli di Indonesia juga sudah mengalami kemajuan, hal tersebut diketahui dari tim nasional SEA Games mengikuti kejuaraan di tingkat Asia juga diperhitungkan oleh lawan-lawannya, merupakan hasil dari proses pembinaan bolavoli di negeri Indonesia. Pembinaan yang ada memadukan antara berbagai pihak peran serta mengadakan jalur olahraga sebagai jalan meraih kesuksesan. Pemerintah melalui institusi pendidikan mengenalkan permainan bolavoli dengan konsep bolavoli mini yang diperuntukkan bagi anak sekolah dasar atau yang setara dengannya.

Peraturan permainan bolavoli mini sudah banyak dikembangkan oleh FIVB (*Federation International Volley Ball*) dan juga bisa dimodifikasi sesuai dengan keinginan dan kondisi situasi di tempat pelaksanaan.

Menurut Horst Baacke dalam *Coaches Manuel* dalam M. Yunus (1992: 189), peraturan bolavoli mini sebagai berikut : jumlah pemain dalam satu regu 2, 3, dan 4 anak. Ukuran lapangan dapat 3 x 9 m, 4,5 x 9 m, atau 8 x 12 m. Tinggi net 210 – 220 cm, sedangkan ukuran bola yang digunakan secara umum adalah nomor 4. Lapangan ukuran yang kecil memerlukan tenaga dan gerakan yang lebih sedikit, dan menimbulkan reli-reli panjang. Ukurangan lapangan dan tinggi net dapat disesuaikan dengan jumlah pemain setiap regu, usia, tinggi badan dan kemampuan melompat. Peraturan yang baku secara

internasional belum ada, terdapat banyak variasi dari masing-masing negara sesuai dengan tradisi dan perkembangannya.

3. Teknik Permainan Bolavoli

Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya satu regu di dalam suatu pertandingan. Berkaitan dengan teknik dasar bolavoli, menurut M. Yunus (1992: 68), teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal.

Menurut Sukintaka (1979: 2), teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktik dengan sebaik mungkin, untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli. Untuk meningkatkan kemampuan bermain, teknik berhubungan erat dengan gerak, kondisi fisik, taktik, dan mental. Teknik dasar bolavoli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu agar dapat meningkatkan prestasi permainan bolavoli.

Menurut Suharno HP (1984: 12), dalam mempertinggi bermain bolavoli, teknik dasar harus dipelajari terlebih dahulu, karena teknik dasar merupakan pondasi dari proses gerak yang mampu meningkatkan keterampilan gerak yang bermutu tinggi, serta untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bolavoli juga merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalah suatu regu dalam pertandingan maupun unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Penguasaan teknik dasar

merupakan hal terpenting dalam suatu cabang olahraga, karena keberhasilan dalam melakukan teknik dasar akan menentukan keberhasilan dalam suatu cabang olahraga.

Pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bolavoli adalah suatu dasar gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bolavoli. Teknik dalam permainan bolavoli merupakan aktivitas jasmani yang menyangkut cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal.

Teknik-teknik dasar permainan bolavoli :

a. *Service*

Menurut G. Durrwachter (1990: 43), permainan diawali dengan pukulan *service* yang dilakukan pada awal set serta setiap kali setelah lawan melakukan kesalahan. Menurut Dieter Beutelstahl (2007: 9), *service* adalah sentuhan pertama dengan bola. Permainan bolavoli diawali dengan *service* dan dianggap sebagai permulaan dengan cara melempar bola saja, tetapi berkembang menjadi senjata ampuh untuk menyerang lawan. *Service* dengan pukulan yang keras dan mengarahkan ke lawan yang lemah menerima bola dengan baik, permainan akan beralih menjadi pertandingan adu *service*. Pukulan *service* sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan *service* harus meyakinkan.

b. *Passing*

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20), *passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Sedangkan menurut M. Yunus (1992: 79), *passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Passing merupakan operan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya. Penguasaan teknik dasar *passing* bolavoli merupakan faktor yang penting dan harus dipahami serta dikuasai dengan benar untuk bermain bolavoli dengan baik, karena teknik *passing* langkah awal untuk menyusun serangan. Semakin terampil dalam penguasaan *passing*, semakin bagus pula menyusun serangan.

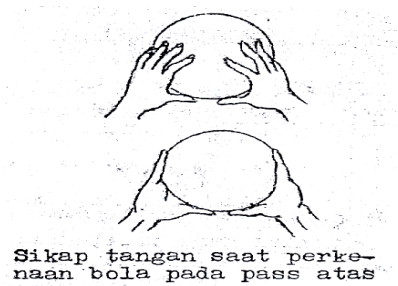
Berdasarkan pada macam-macam teknik dasar *passing* dalam permainan bolavoli, maka teknik *passing* dibedakan menjadi teknik *passing* atas dan *passing* bawah.

1) *Passing* atas

Menurut Suharno HP (1984: 26), *passing* atas adalah usaha atau upaya seseorang pemain bolavoli dengan cara melakukan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan

di lapangan sendiri. Sebagian besar *passing* atas dilakukan untuk menyajikan bola kepada teman seregunya untuk memulai serangan.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 25 – 26), cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sudut antara sikut dan badan $\pm 45^\circ$. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan. Sikap pergelangan tangan dan jari-jari tidak berubah.



Gambar 1. Sikap Tangan Saat Perkenaan Bola pada saat *Passing* Atas.

Sumber : Suharno (1984 : 27)



Gambar 2. Sikap Perkenaan Bola saat Melakukan *Passing* Atas.

Sumber : Suharno (1984 : 27)

2) *Passing* bawah

Passing bawah merupakan teknik dasar bolavoli yang paling awal diberikan dalam mengajar atau melatih bolavoli. G. Durrwachter (1990: 52) menyatakan, teknik *passing* bawah bagi anak didik dirasakan lebih wajar, gampang, dan terutama lebih aman pada saat menerima bola yang keras, dibandingkan dengan gerak *passing* atas yang memerlukan sikap tangan dan jari khusus. Dengan demikian *passing* bawah memiliki keuntungan yang lebih baik jika dibandingkan dengan *passing* atas. Hal ini dapat dilihat dalam permainan, jika menerima *service* atas *smash* yang keras dan tajam harus dilakukan dengan *passing* bawah.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23), kegunaan *passing* bawah antara lain : dapat menerima bola servis, untuk penerimaan bola dari serangan dari lawan yang berupa serangan/*smash*, untuk pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net, untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh di luar lapangan permainan dan pengambilan bola yang rendah dan datang dengan mendadak.

Teknik *passing* bawah merupakan satu pola gerakan yang dirangkaikan secara baik dan harmonis agar *passing* bawah yang dilakukan menjadi lebih baik dan sempurna. Untuk mencapai hal tersebut seorang pemain harus menguasai teknik *passing* bawah.

Menurut Suharno HP (1984: 22 – 23), cara melakukan *passing* bawah adalah sebagai berikut :

a) Sikap permulaan

Ambil posisi sikap siap normal. Pada saat tangan akan dikenakan bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan serta tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan lurus.

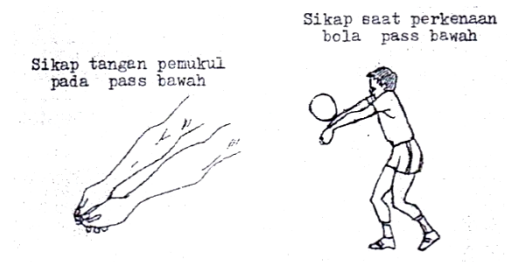
b) Sikap saat perkenaan

Pada saat akan mengenakan bola pada bagian sebelah atas (bagian proksimal) daripada pergelangan tangan, ambillah terlebih dahulu posisi sedemikian rupa sehingga badan berada dalam posisi menghadap pada bola. Begitu bola berada pada jarak yang tepat, maka segeralah ayun tangan yang telah lurus dan difiksir tadi dari arah bawah ke atas depan. Tangan pada saat itu telah berpegangan satu dengan yang lain. Perkenaan bola diusahakan harus tepat di bagian proksimal daripada pergelangan tangan dan dengan bidang selebar mungkin agar bola dapat melambung secara stabil. Maksudnya agar bola selama menempuh lintasan tidak banyak membuat putaran. Pantulan bola setelah mengenai bagian proksimal dari pergelangan tangan, akan memantul ke atas dengan lambungan yang cukup tinggi dan dengan sudut pantul 90° .

Sebagai catatan perlu ditambahkan di sini bahwa bila sudut pantulnya tidak 90° maka secara teoretis bola akan memantul ke arah lain atau dikatakan bola tersebut akan diterima luncas. Dengan demikian bila tidak akan memantul ke arah yang diharapkan.

c) Sikap akhir

Setelah bola berhasil di *pass* bawah maka segera diikuti pengambilan sikap normal kembali dengan tujuan agar dapat bergerak lebih cepat untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.



Gambar 3. Sikap Tangan Pemukul dan Posisi Tubuh Saat Akan Perkenaan Bola dalam Pelaksanaan *Passing* Bawah
Sumber : Suharno HP (1984: 23)

Adapun kesalahan-kesalahan umum yang sering terjadi dalam melakukan teknik *passing* bawah. Menurut Nuril Ahmadi (2006: 24 – 25) Kesalahan yang sering terjadi antara lain :

- a) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.
- b) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan ke atas, sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak 90° .
- c) Bola jatuh pada kepalan telapak tangan.
- d) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- e) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- f) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif, sehingga bola lari jauh menyeleweng.
- g) Kurang menekuk pada lutut langkah persiapan pelaksanaan.
- h) Persentuhan pada bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada), sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan *passing*.
- i) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas, dilakukan dengan *passing* bawah.
- j) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.
- k) Pemain malas melakukan *passing* atas, terutama wanita, setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- l) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat berputar).
- m) Lengan pemukul digerakkan dua kali.
- n) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

Berdasarkan batasan *passing* bawah di atas dapat dirumuskan pengertian *passing* bawah adalah teknik dasar memasukkan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai awal untuk melakukan serangan.

c. *Smash*

Smash adalah teknik yang paling dominan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli. *Smash* dapat berhasil dengan baik jika didukung dengan loncatan yang tinggi untuk dapat menjangkau bola di atas net dalam melakukan pukulan *smash*. Hal ini seperti yang dikemukakan oleh Nuril Ahmadi (2007: 31), *smash* adalah bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan *smash* diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan meloncat yang tinggi.

d. *Block* (bendungan)

Menurut Durwachter. G. (1990), *block* merupakan pertahanan lapisan utama untuk menghadapi serangan lawan. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 30), *block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan.

Berdasarkan dari kedua pendapat tersebut, bendungan (*block*) adalah upaya pemain untuk menahan serangan lawan yang dilakukan oleh satu, dua, atau tiga pemain tergantung pada kualitas pemain lawan yang melakukan *smash*. Keberhasilan *block* ditentukan oleh ketinggian loncatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan.

e. Umpan (*set-up*)

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 29), *set-up* adalah pemberian umpan kepada teman seregu untuk melakukan serangan. Sedangkan

menurut Sukintaka (1979: 29), *set-up* adalah usaha ataupun upaya seseorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya yang selanjutnya agar dapat melakukan serangan terhadap regu lawan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *set-up* adalah usaha pemain untuk menyajikan bola dengan baik kepada teman seregunya untuk melakukan serangan ke regu lawan, dengan berharap mematikan lawan dan memperoleh nilai. Sukses tidaknya penyerang tergantung kecermatan pengumpan itu sendiri. Pemain dalam memberikan umpan kurang baik, maka penyerangan akan lemah, bahkan gagal.

Adapun syarat-syarat men-*set-up* agar hasilnya dapat di-*smash* dengan baik dan berhasil antara lain :

- 1) Bola harus melambung tinggi dengan tenang di daerah serang lapangan sendiri.
- 2) Bola harus berada di atas jaring dengan ketinggian yang cukup, agar dapat di-*smash* oleh *smasher*.
- 3) Jarak bola dari jaring sejauh 20 sampai 50 cm, terkecuali serangan dari belakang.

4. Karakteristik Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sungapan Kokap

Sekolah Dasar Negeri Sungapan Kokap Kulon Progo merupakan sekolah yang terletak di Kabupaten Kulon Progo dan Kecamatan Kokap,

secara tepatnya di pinggiran kota. Jumlah siswa kelas V adalah 13 anak. Secara keseluruhan usia siswa kelas V berumur 9 – 11 tahun. Karakteristik siswa kelas V antara lain : karakteristik pertama siswa senang bermain. Karakteristik ini dapat dilihat setiap hari siswa suka bermain dengan cara mereka sendiri. Untuk melaksanakan kegiatan pendidikan jasmani bermuatan permainan, guru merancang model pembelajaran yang memungkinkan adanya unsur permainan di dalamnya dan mengembangkan model pembelajaran yang serius tapi santai.

Karakteristik kedua adalah siswa senang bergerak. Orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan siswa dapat duduk dengan tenang paling lama 30 menit. Oleh karena itu, guru seharusnya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah atau bergerak.

Karakteristik ketiga adalah siswa senang bekerja dalam berkelompok. Karakteristik ini ditunjukkan dengan sikap secara tidak sadar mereka membuat geng-gengan dan anak yang tinggi yang paling besar suka mengatur teman-temannya sehingga membawa implikasi bahwa guru harus merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak bekerja atau belajar dalam kelompok. Guru dapat meminta siswa untuk membuat kelompok kecil dengan anggota 3 – 4 orang untuk mempelajari atau menyelesaikan suatu tugas secara berkelompok.

B. Penelitian yang Relevan

Peneliti mengambil judul penelitian yang pernah dilakukan untuk bahan acuan dalam penelitian, karena adanya kesamaan dalam teknik pengambilan dan pengolahan data. Penelitian tersebut diantaranya :

1. Dika Dian Murjanto pada th 2013 dengan judul *Ketrampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas V SD N Nglorong I Di Kabupaten Sragen* dengan hasil penelitian dari sebanyak 45 siswa berdasarkan tes ketrampilan bola voli diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 7 siswa (16 %), diikuti kategori baik sebanyak 3 siswa (7%), kategori sedang sebanyak 24 siswa (53%), kategori kurang baik sebanyak 10 siswa (22%), dan kategori sangat kurang baik sebanyak 1 siswa (2%).
2. Kelik Wibawa pada tahun 2011 dengan judul *Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Kelas X dan XI Padmawijaya di Kabupaten Klaten*. Hasil penelitian dari 146 siswa diperoleh keterampilan bermain bolavoli sebagian besar berkategori cukup baik sebanyak 58 siswa (39,7%), berkategori kurang baik sebanyak 38 siswa (26%), berkategori baik sebanyak 30 siswa (20,5%), berkategori sangat baik sebanyak 13 siswa (8,9%), dan berkategori sangat kurang sebanyak 7 siswa (4,8%).

Kedua penelitian tersebut mencoba mengungkap mengenai keterampilan dan sama-sama menggunakan pengambilan data dengan praktik atau melakukan tugas.

Hubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu mengarah pada tingkat keterampilan, objek yang dilakukan siswa-

siswi SD N Sungapan Kokap Kulon Progo, instrumen yang digunakan adalah *passing* bawah dari *AAHPER*. Teknik pengumpulan data dengan cara survei dengan tes dan pengukuran.

C. Kerangka Berpikir

Permainan bolavoli adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu, cara memainkannya dengan memvolikan bola. Materi permainan bolavoli yang pernah diajarkan di SD N Sungapan Kokap Kulon Progo adalah *passing* bawah, *passing* atas, dan *service*. Permainan bolavoli adalah permainan favorit, tetapi keadaan sarana prasarana belum mendukung.

Penguasaan teknik-teknik dasar dalam permainan bolavoli sangat perlu untuk dapat bermain secara baik. Tanpa penguasaan teknik dasar, permainan bolavoli tidak dapat bermain secara lancar. Unsur teknik dalam permainan bolavoli meliputi teknik *passing* atas dan *passing* bawah, *smash*, *service*, *set-up* dan *block*. Keterampilan bermain bolavoli merupakan dasar yang harus dimiliki seseorang untuk bermain dengan baik. Semakin baik tingkat keterampilan, semakin besar pula kesempatan untuk berprestasi.

Berdasarkan antusiasme siswa dalam menerima pelajaran dan permainan bolavoli sebagai olahraga yang favorit, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui keterampilan siswa tentang bolavoli. Instrumen yang digunakan ada lah tes keterampilan *passing* bawah *AAHPER*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu mengenai keterampilan dasar bola voli siswa artinya dalam penelitian ini penelitiannya ingin menggambarkan keterampilan dasar *passing* bawah bola voli siswa dan tanpa pengujian hipotesis. Penelitian ini dilakukan tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Metode yang digunakan adalah survey dengan teknik *tes* dan pengukuran.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2006: 2), variable adalah gejala yang menjadi focus peneliti untuk diamati. Oleh karena itu, istilah-istilah yang baik digunakan terhadap variabel penelitian ini dipergunakan batasan operasional adalah keterampilan *passing* bawah bola voli. Definisi Operasionalnya yaitu Testi melakukan *passing* bawah dengan bola melalui atas tali setinggi 2,4 m ke arah sasaran seluas 0,9 x 1,8 m. Bola diumpan oleh pengumpan kepada testi. Diberikan kesempatan sebanyak 20 kali bola diumpan, 10 kali ke arah kiri dan 10 kali ke arah kanan.

Menurut Mulyono B. dan Sarwono (1994: 425-429) .Penelitian ini diartikan sebagai kecakapan atau kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli sesuai dengan ketentuan yang ada dalam permainan

bola voli. Oleh karena itu, untuk mengetahuinya diukur melalui tes *AAHPER* tes keterampilan *passing* bawah bola voli.

C. Populasi Sampel

Menurut Sugiyono (2006 : 55), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Sungapan Kokap, Kabupaten KulonProgo berjumlah 16 orang, seluruh populasi dijadikan sebagai subyek penelitian sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi.

D. Waktu dan Tempat Penelitian

Pengambilan data dilakukan bulan Mei 2015. Tempat penelitian dilaksanakan di SD Negeri Sungapan Kokap, kabupaten KulonProgo setiap pembelajaran pendidikan jasmani dengan mengambil dari hari Senin tanggal 11 Mei pengambilan data untuk kelas V.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, hal ini sesuai dengan apa yang telah dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2010: 160). Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih

Sumber : tes *AAHPER* dari Muelyono B. dan Sarwono (1994: 425-429).

Keterangan : T = *Tester*

S = *Subyek.*

Penelitian dengan cara: satu angka diberikan untuk setiap bola yang jatuh di daerah sasaran. Dengan 20 kali kesempatan maka nilai maksimal adalah 20. Bola yang mengenai tali atau net atau bola yang jatuh di luar daerah sasaran dianggap sebagai percobaan yang sah dan tidak mendapat nilai.

Tabel 1. Skor Persentil Tes *Passing* yang Didasarkan Atas Umur dan Skor Hasil

Persentil	Putra			Persentil	Putri		
	10-11	12	13		10-11	12	13
Ke-100	19	19	19	Ke-100	19	19	20
95	12	14	16	95	12	12	12
90	10	13	14	90	10	10	10
85	9	12	13	85	8	8	9
80	8	11	12	80	7	7	8
75	7	10	12	75	6	6	7
70	6	9	11	70	6	6	6
65	5	8	10	65	5	5	5
60	4	8	9	60	4	4	4
55	4	7	9	55	4	4	4
50	3	6	8	50	3	3	4
45	3	5	7	45	3	3	3
40	2	4	7	40	2	2	3
35	2	4	6	35	2	2	2
30	1	3	5	30	1	1	2
25	1	2	4	25	1	1	1
20	0	2	4	20	0	0	1
15	0	1	3	15	0	0	0
10	0	0	2	10	0	0	0
5	0	0	1	5	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0

Sumber: Muleyono B. dan Sarwono (1994: 425-429)

F. Metode dan Teknik Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Adapun alat pengumpulan data yang digunakan berupa tes keterampilan bermain bola voli dari Muelyono B. dan Sarwono (1994: 425-429) berupa, *passing* bawah. Teknik atau cara pengambilan data dilakukan bersama guru penjaskes pada proses belajar dalam 2 pertemuan dalam satu minggu, sehingga guru penjaskes sebagai pengamat dan penilai, peneliti sebagai pelaksana.

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data yang diperlukan terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Dalam penelitian ini, untuk mengetahui tingkat keterampilan *penelitian* bawah bola voli siswa kelas IV SD Negeri Sungapan Kokap, kabupaten KulonProgo menggunakan teknik analisis antara lain:

1. Mencatat angka dari 20 kali kesempatan yang diperoleh dari tes keterampilan bermain bola voli dari masing-masing *testee*.
2. Menentukan nilai tes dengan T table permainan bola voli.
3. Masing-masing angka dari setiap item dijumlahkan kemudian di konsultasikan dengan table norma keterampilan bermain bola voli bagi siswa.

Data yang diperoleh dari tes merupakan data kasar dari hasil tiap butir tes yang dicapai isiswa. Selanjutnya hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai dengan cara mengkonsultasikan data kasar dari butir tes yang dicapai oleh

siswa dengan kategori yang telah ditentukan. Pengkategorian kelompok akan menjadi 5 kategori, yaitu: sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, sangat kurang baik. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batasan norma (Anas Sudijono, 2010: 175) sebagai berikut:

Tabel 2. Pengkategorian

No	Pengkategorian	Kategori
1.	$> M + 1,5 SD$	Sangat baik
2.	$> M + 0,5 SD - M + 1,5 SD$	Baik
3.	$> M + 0,5 SD - M + 0,5 SD$	Cukup/Sedang
4.	$> M - 1,5 SD - M - 0,5 SD$	Kurang Baik
5.	$\leq M + 1,5 SD$	Sangat Kurang Baik

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi ini merupakan data hasil yang diperoleh dari hasil tes keterampilan bermain bola voli yang dilakukan oleh peserta didik siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran di SD N Sungapan, Kokap, Kulon Progo sebanyak 20 kali kesempatan. Adapun ringkasan hasilnya seperti pada tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 3. Data Hasil Keterampilan Passing Bawah Bola Voli

No	Umur	L/ P	Kanan										Kiri										Total	Skor
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	12	L			1		1			1		1	1			1		1		1		8	65	
2	11	P	1			1					1							1				4	70	
3	11	L	1		1	1		1							1	1			1			7	75	
4	11	L		1		1		1			1			1			1		1			7	75	
5	11	L			1		1		1			1			1			1			1	7	75	
6	11	L		1		1		1	1	1		1	1	1			1	1			1	11	90	
7	10	L	1		1		1	1				1	1		1					1		8	80	
8	11	L			1		1				1			1			1	1			1	7	75	
9	11	P		1		1		1				1		1							1	6	80	
10	10	P	1		1	1					1				1					1	1	7	85	
11	11	L		1			1	1		1			1	1			1	1		1		9	85	
12	10	L			1			1			1	1			1	1			1		1	8	80	
13	10	L		1				1		1			1				1			1	1	7	75	
14	11	L	1						1						1			1				4	60	
15	10	L		1			1			1		1	1			1			1			7	75	
16	11	P				1		1	1	1				1		1				1		7	85	
1	12	L			1		1			1		1	1			1		1		1		8	65	
2	11	P	1			1					1								1			4	70	

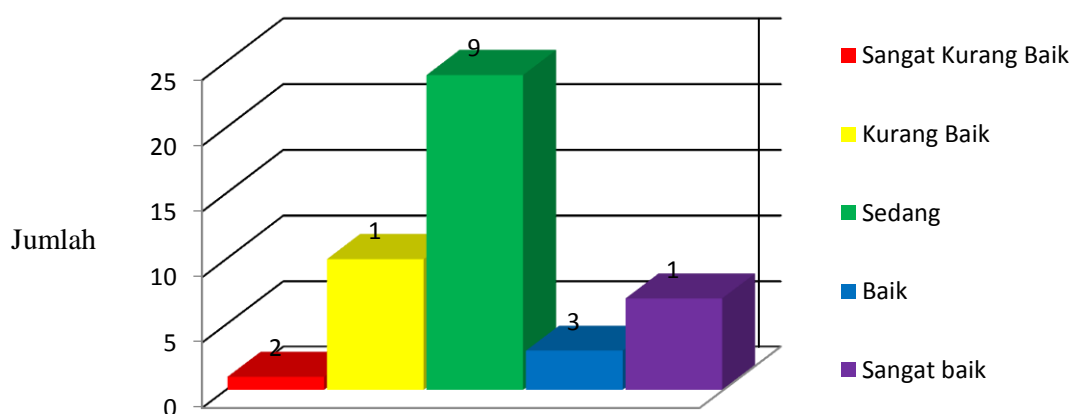
B. Hasil Penelitian

Keterampilan *passing* bawah dalam bola voli dideskripsikan berdasarkan hasil tes dengan instrumen, untuk mempermudah mendeskripsikan data, maka dilakukan analisis kecenderungan data yang meliputi, rerata, median, modus, dan standar deviasi. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi dan histogram.

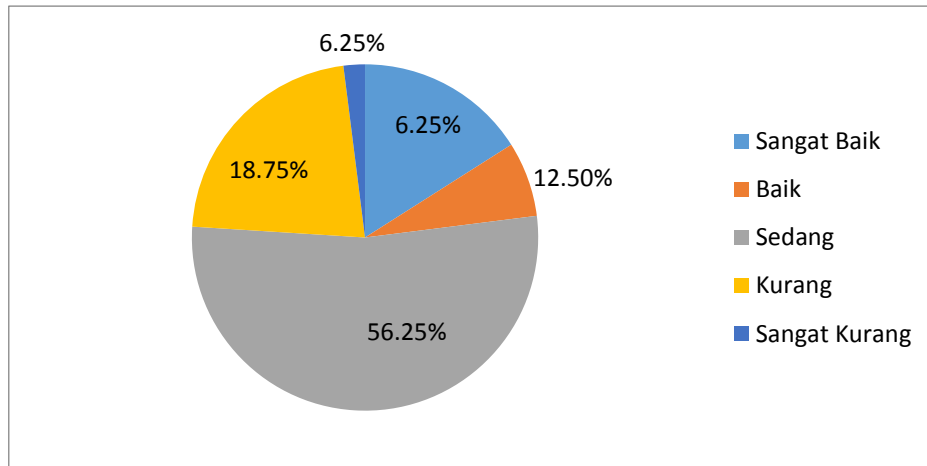
Tabel 4. Keterampilan *Passing* bawah bola voli kelas V SD N Sungapan dalam presentase.

No	Pengkategorian	Kategori	F	Persentase 100%
1.	> 89,095	Sangat baik	1	6.25
2.	> 81,105 – 89,095	Baik	3	18.75
3.	> 73,115 – 81,105	Sedang	9	56.25
4.	> 65,125 – 73,115	Kurang Baik	1	6.25
5.	≤ 65,125	Sangat Kurang Baik	2	12.50
Jumlah			16	100%

Dari data yang diperoleh dalam penelitian memberikan gambaran siswa yang mengikuti tes keterampilan *passing* bawah di SD N Sungapan sebanyak 16 siswa menunjukkan bahwa sebagian besar keterampilan *passing* bawah diperoleh nilai minimum sebesar = 60, maksimum sebesar = 90, mean sebesar = 76,88 median sebesar = 75,33, modus sebesar = 75, dan standar deviasi = 7,47.



Gambar 5. Histogram Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Siswa Kelas V SD N Sungapan Di Kabupaten Kulon Progo



Gambar 6. Presentase Data Keterampilan *Passing* Bawah

C. Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo di ukur dari tes *AAHPER* dari hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2014/2015 berada pada kategori sedang. Secara rinci diperoleh sebanyak 2 siswa (12.50%) pada kategori sangat kurang baik, sebanyak 1 siswa (6.25%) pada kategori kurang baik, sebanyak 9 siswa (56.25%) pada kategori sedang, sebanyak 3 siswa (18.75%) pada kategori baik dan sebanyak 1 siswa (6.25%) pada kategori sangat baik. Frekuensi terbanyak pada interval $> 73,115 - 81,105$ yaitu kategori sedang. Sehingga keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas

V SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo tahun ajaran 2014/2015 secara keseluruhan dalam kategori sedang.

Hasil tersebut menunjukkan siswa yang kurang penguasaan teknik dasar *passing* bawah olahraga bola voli. Hal itu disebabkan tidak semua siswa menguasai teknik dasar *passing* bawah dalam olahraga bola voli. Siswa yang memiliki bakat dan ketrampilan pada olahraga bola voli sendirinya akan mengembangkan bakat tersebut dengan melakukan latihan rutin dan mengikuti klub-klub bola voli agar bias berprestasi. Dengan melakukan rutinitas latihan siswa akan mempunyai keterampilan yang lebih baik dibandingkan yang lainnya. Fungsi dari latihan diharapkan akan mampu meningkatkan koordinasi gerak yang baik dan menunjang anak untuk dapat mempunyai keterampilan yang baik pula.

Sedangkan siswa yang masuk kategori baik dan sangat baik, dikarenakan mereka mempunyai kemampuan individu yang terlatih, terutama penguasaan teknik dasar pada permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli dapat diperoleh dan dikembangkan dengan rutinitas latihan yang intensif. Terlepas dari factor keterlatihan anak, factor eksternal yang dapat mempengaruhi keterampilan bola voli siswa yaitu metode pembelajaran, peran guru dan kondisi lingkungan. Proses pembelajaran menjadi sarana latihan siswa dalam meningkatkan keterampilan bola voli siswa. Kondisi lingkungan yang mendukung juga akan sangat mempengaruhi. Siswa yang sering melakukan aktivitas olahraga bola voli di lingkungan masyarakat mereka tinggal akan membawa dampak yang baik terhadap

ketarampilan bola voli, dengan semangat untuk mengikuti latihan-latihan yang biasa dilakukan .

Dari hal-hal di atas disimpulkan siswa kelas V SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo kategori sedang dalam keterampilan *passing* bawah bola voli, disebabkan tidak semua siswa memiliki bakat dan kurang menguasai dalam permainan bola voli yang cukup besar, metode pembelajaran bola voli yang diterapkan oleh guru kurang maksimal untuk meningkatkan keterampilan bola voli dan lingkungan baik di sekolah maupun mereka tinggal masih banyak yang belum mempopulerkan bola voli, yang berdampak pada aktivitas bola voli.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan analisis data penelitian mengenai keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo, berdasarkan tes keterampilan bola voli diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 1 siswa (6.25%), diikuti kategori baik sebanyak 3 siswa (18.75%), kategori sedang sebanyak 9 siswa (56.25%), kategori kurang baik sebanyak 1 siswa (6.25%) dan kategori sangat kurang baik sebanyak 2 siswa (12.50%).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini untuk skor ketrampilan *Passing* Bawah tertinggi 11 dan terendah 4, dan untuk nilai maksimal 90 dan nilai minimum 60, mean sebesar = 76, 88, median sebesar = 75,33, modus sebesar = 75, dan standar deviasi = 7,47. Dan ini tentunya memiliki konsekuensi implikasi terhadap perkembangan olahraga yang erat hubungannya dengan masalah ini. Hasil dari penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi sekolah SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo kegiatan pembelajaran bola voli, guru, dan siswa. Adapun konsekuensi implikasi dengan disajikan sebagai berikut:

1. Menjadi catatan bagi SD N Sungapan di Kabupaten Kulon Progo, mengenai data keterampilan bola voli siswa kelas V, sehingga penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan gagasan baru dan memperbaiki atau mempertahankan teknis penyelenggaraan proses belajar mengajar.

2. Bagi guru, dapat digunakan untuk memberikan suatu pengajaran yang lebih tepat sehingga untuk meningkatkan kualitas pembelajaran terutama bola voli.
3. Bagi siswa, timbulnya kepercayaan untuk selalu meningkatkan keterampilan bola voli dengan latihan yang rutin dan intensif.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa yang mengikuti pembelajaran bola voli, bukan berarti bahwa hasil penelitian ini tanpa ada kelemahan. Beberapa kelemahan yang mungkin dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Pelaksanaan tes keterampilan bola voli hanya satu item saja, sedangkan tes yang digunakan seharusnya tes berangkai, tes yang dilakukan yaitu tes *passing* bawah. Dikarenakan dalam pembelajaran di sekolah dasar yang sudah diajarkan hanya *passing* bawah dan keterampilan lainnya belum diajarkan.
2. Peneliti tidak melakukan pengecekan terlebih dahulu kondisi fisik para siswa. Padahal ini sangat penting, misalnya ada siswa yang sedang sakit. Ini sangat berpengaruh besar terhadap penampilan bila dibandingkan dengan siswa yang memiliki kondisi fisik dalam keadaan baik.

D. Saran

Berdasarkan pembahasan, simpulan dan hasil penelitian maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Perlu adanya tambahan di luar jam pembelajaran seperti adanya ekstrakurikuler. Sehingga diharapkan siswa mampu menguasai berbagai keterampilan teknik dasar bermain bola voli.
2. Kepada siswa yang masih mempunyai keterampilan bola voli kurang, sebaiknya meningkatkan latihan agar keterampilan dapat meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2010). *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Penerbit PT. Raja Grafindo Persada.
- Amung Ma'mum & M. Yudha. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Atmaja (2010) diambil dari <http://hakikatketerampilan.blogspot.com/> pada hari Rabu, tanggal 6 Juni 2012. Pukul 20.00.
- Bani Tri Umboro (2009). *Tingkat Keterampilan Bola voli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Beutesthal, Dieter. (1986). *Belajar Bermain Bolavoli*. Bandung: Pionir Jaya.
- Durwachter.G. (1990). *Bola voli Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: Gramedia.
- Hartono. (2004). *Statistik untuk Penelitian*. Pekanbaru: PustakaFajar Offset.
- KelikWibawa. (2010). *Tingkat Keterampilan Bermain Bola voli Siswa Kelas X dan XI SMA Padmawijaya di Kabupaten Klaten*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Machfud Irsyada. (2000). *Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Moelyono Biyakto A. & Sarwono. (1994). *Evaluasi Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta.
- M. Yunus. (1992). *Bola Voli Olahraga Pilihan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Solo: Era Pustaka Utama.
- Robinson, Bonnie (1997). *Bolavoli (Bimbingan, Petunjukdan Teknik Bermain)*. Semarang: Efthar dan Dahara Prizek.

Sudrajat Pawira Saputra. (2004). *Sepak Takraw*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Sugiyono.(2006). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit CV Alfa Beta.

Suharno H.P. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: Percetakan Kaliwangi.

Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Asdi Mahasatya.

Sukintaka.(1979). *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Depdikbud.

Vierra, Barbara L. & Ferguson, Bonnie J. (1996).*Bolavoli Tingkat Pemula*. Alih Bahasa. Monti.Jakarta : PT. Raja Grafindo.

LAMPIRAN



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

Nomor : 383/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

11 Mei 2015

Yth : Ka. UPTD Kec. Kokap
Kab. Kulonprogo, Yogyakarta

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

Nama : Agus Suyanti *
NIM : 13604227125
Program Studi : S1 PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 11 Mei s.d 25 Mei 2015
Tempat/obyek : SD Negeri Sungapan, UPTD PAUD dan DIKDAS Kec. Kokap,
Kab. Kulonprogo
Judul Skripsi : Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VI SD
Negeri Sungapan, Kec. Kokap, Kab.Kulonprogo

Demikian surat ijin 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. Kepala Sekolah SD N Sungapan
2. Kepala UPTD PAUD dan DIKDAS
4. Kaprodi. PGSD Penjas
5. Pembimbing TAS
6. Mahasiswa ybs



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KEAMATAN
KOKAP

Alamat : Tejogan, Hargorejo, Kokap, Kulon Progo Telp (0274)7491713 Pos 55653

SURAT KETERANGAN
No.421/302

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Drs. Sianta
NIP : 19581215 197912 1 006
Pangkat/Gol Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala UPTD PAUD dan DIKDAS

menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Agus Suyanti
NIM : 13604227125
Program Studi : S.I PGSD Penjaskes, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Skripsi : Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Kelas V
SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo
Tahun Pelajaran 2014/ 2015

Telah melaksanakan penelitian untuk pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi sejak bulan 11 Mei s/d 25 Mei 2015 dengan baik dan benar di SD Negeri Sungapan Kokap Kabupaten Kulon Progo Tahun Pelajaran 2014/ 2015.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kokap, 05 Juni 2015

Kepala,



DRS. SIANTA
Pembina, IV/a.

NIP. 19581215 197912 1 006

Lampiran 4

SILABUS
PENDIDIKAN JASMANI, OLARAHAGA DAN KESEHATAN

Nama Sekolah :

Bidang Studi : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan

Bidang Studi : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan

Kelas : V

Semester / tahun : I /

Standart Kompetensi : 6 Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan bola kecil dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

No	Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
					Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
	6.1 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai-nilai kerjasama regu, sportifitas, dan kejujuran	a. Kasti Lanjutan 1. melempar bola : - Melempar bola melambung - melempar bola	6.1.1 melakukan macam-macam cara melempar bola kecil : - melambung - mendatar - rendah - menggelundung/ menggelinding 6.1.2 melakukan macam-	A. Kast (lanjutan) 1. melempar Bola - Melempar bola melambung - Melempar bola mendatar atau lurus - Melempar bola rendah	- Tes praktek ketrampilan	Tugas Pengamatan	- Lakukan cara melempar melambung ! - Lakukan cara melempar bola mendatar - Lakukan cara melempar	6 X 35 menit (2Xpert)	- Buku KTSI Penjas kela oleh Tim A Guru Penja Erlangga, - 59

		<p>mendatar atau lurus</p> <ul style="list-style-type: none"> - melempar bola rendah <p>2. Menangkap bola :</p> <ul style="list-style-type: none"> - menangkap bola datar - menangkap bola melengkung - menangkap bola menyusur tanah - menangkap bola datar - memukul bola - pukulan melambung - pukulan mendatar - pukulan menyusur 	<p>macam cara menangkap bola kecil :</p> <ul style="list-style-type: none"> - melambung - mendatar - rendah - menggelinding/ menyusur <p>6.1.3 Melakukan bermacam-macam pukulan</p> <ul style="list-style-type: none"> - pukulan mendatar - pukulan melambung - pukulan rendah <p>6.1.4 Melakukan bermain kasti</p>	<p>2. Menangkap Bola</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menangkap bola datar - Menangkap bola melengkung - Menangkap bola rata tanah - Menangkap bola lurus rata dada <p>3. Memukul Bola</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengembangkan kerjasama 			<p>bola rendah !</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lakukan cara menangkap bola melambung - Lakukan cara melakukan menangkap bola mendatar - Lakukan cara menangkap bola rendah ! - Lakukan cara memukul pukulan bola mendatar ! - Lakukan cara memukul pukulan bola melambung - Lakukan cara melakukan pukulan bola rendah 		
2.	6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan	<p>b. Bola voli mini</p> <p>1. Bentuk dan ukuran lapangan</p>	6.2.1 Membuat gambar lapangan bola voli mini sesuai dengan ukurannya	B. Bola Voli Mini 1. Bentuk dan Ukuran Lapangan Bola Voli Mini	- Tes praktek ketrampilan	- Tugas - Pengamatan	Lakukan menggambar bola voli mini sesuai ukurannya	9 X 35 menit (3Xpert)	- Buku KTS Penjas Kel oleh Tim A Guru Penja Erlangga,

	Peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama regu, sportifitas dan kejujuran	Bola voli mini 2. Tehnik dasar permainan bola voli mini - passing bawah - passing atas - servis bawah 3. Bermain bola voli mini	6.2.2 Melakukan tehnik dasar bola voli : - passing bawah - passing atas 6.2.3 Melakukan servis bawah 6.2.4 Melakukan bermain bola voli mini	2. Tehnik Dasar Permainan Bola Voli Mini - Passing bawah - Passing atas - Servis bawah 3. Bermain Bola Voli Mini			Lakukanlah passing bawah berpasangan dengan temanmu ! - Lakukan passing atas berpasangan dengan temanmu ! - Lakukan bermain voli sesuai dengan regu yang kamu pilih !		hal 59 – 61
3.	6.3 Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi lompat, loncat dan lempar dengan memperhatikan nilai-nilai pantang menyerah, sportifitas, percaya diri dan kejujuran	c. Lompat Jauh latihan pendukung : - melompat tanpa awalan - meraih bola yang digantung - melompat dengan awalan - lompat jauh gaya jongkok	6.3.1 Melakukan lompat tanpa awalan 6.3.2 Melakukan melompat merain bola yang digantung 6.2.3 Melakukan lompat jauh gaya jongkok 6.2.4 Melakukan lompat jauh gaya jongkok 6.2.5 Menggambar lapangan lompat jauh	C. Lompat Jauh *Latihan Pendukung - Melompat tanpa awalan - Meraih bola yang digantung - Melompat dengan awalan - Lompat jauh gaya jongkok	- Tes praktek ketrampilan - Tugas - Pengamatan	Lakukan lompat tanpa awalan sesuai nomor urut ! - Lakukan lompat dengan meraih benda yang digantung secara urut absen ! - Lakukan lompat jauh gaya jongkok bergantian !	9 X 35 menit (3 X Pert)	- Buku KT'S Penjas kel oleh Tim Guru Penj Erlangga, 62 – 64	

		- lapangan lompat jauh			-	-	-		-
--	--	---------------------------	--	--	---	---	---	--	---

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru Bidang Studi
Penjasorkes

()
NIP.

()
NIP.

Lampiran 5

Tabel Daftar Uji Tes Passing Bawah

No	Nama	Umur	L/ P	Kanan										Kiri										Total	Skor
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	MSyahril R	12	L			1		1			1		1	1			1		1		1		8	65	
2	Nurul F	11	P	1			1					1							1				4	70	
3	Rusdiyanto	11	L	1		1	1		1							1	1			1		7	75		
4	Achmad N	11	L		1		1		1			1			1		1		1			7	75		
5	Agung P	11	L			1		1		1			1			1			1			1	7	75	
6	Khoririn S	11	L		1		1		1	1	1		1	1	1			1	1			1	11	90	
7	Khandan A S	10	L	1		1		1	1				1	1		1					1		8	80	
8	MZaqi J	11	L			1		1			1			1			1	1				1	7	75	
9	Rifka S	11	P		1		1		1				1		1							1	6	80	
10	Wadzifatul K	10	P	1		1	1				1				1						1	1	7	85	
11	Hemanda BP	11	L		1			1	1		1			1	1		1	1		1		9	85		
12	Ainur Rofiq	10	L			1			1		1	1			1	1			1			1	8	80	
13	Andry A	10	L		1				1		1			1			1			1	1	7	75		
14	Ari W	11	L	1						1						1		1				4	60		
15	Eko Y	10	L		1			1			1		1	1			1			1		7	75		
16	Kurniasih	11	P				1		1	1	1				1		1			1		7	85		
1	MSyahril R	12	L			1		1			1		1	1			1		1		1	8	65		
2	Nurul F	11	P	1			1					1							1			4	70		

Tabel Frekuensi

Nilai (X)	f	fX	x	x ²	fx ²
90	1	90	13,12	172,1344	172,1344
85	3	255	8,12	65,9344	197,8032
80	3	240	3,12	9,7344	29,2032
75	6	450	-1,88	3,5344	21,2064
70	1	70	-6,88	47,3344	47,3344
65	1	65	-11,88	141,1344	141,1344
60	1	60	-16,88	284,9344	284,9344
Jumlah	16	1230			893,7504

Mencari Mean

- Rumus Mean

$$\begin{aligned}
 M &= \frac{\sum fX}{\sum f} \\
 &= \frac{1230}{16} \\
 &= 76,88
 \end{aligned}$$

Mencari Standar Deviasi :

- Rumus standar deviasi

$$\begin{aligned}
 SD &= \sqrt{\frac{\sum fx^2}{\sum f}} \\
 &= \sqrt{\frac{893,7504}{16}} \\
 &= \sqrt{56.25} \\
 &= 7,47
 \end{aligned}$$

Lampiran 7

Tabel.Frekuensi

Nilai (X)	f	fX	x	x ²	Fx ²
90	7	630	12,89	66,1521	1163,0647
85	3	255	7,89	62,2521	186,7563
80	10	800	2,89	8,3521	83,521
75	14	1050	-2,11	4,4521	62,3294
70	6	420	7,11	50,5521	303,3126
65	4	260	-12,11	146,6521	586,6084
55	1	55	-22,11	488,8521	488,8521
Jumlah	45	3470			2874,4445

Mencari Mean

- Rumus Mean:

$$M = \frac{\sum Fx}{\sum f}$$

$$M = \frac{3470}{45}$$

$$M = 77,11$$

Mencari Standar Deviasi

- Rumus Standar Deviasi:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum f x^2}{\sum f}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{2874,4445}{45}}$$

$$SD = \sqrt{63,8765}$$

$$SD = 7,99$$

Lampiran 8

Tabel. Frekuensi Komulatif

Nilai	f	fk ^a	fk ^b
90	7	7	45
85	3	10	38
80	10	20	35
75	14	34	25
70	6	40	11
65	4	44	5
60	1	45	1

Rumus Median:

$$Me = U - \frac{(\frac{1}{2}n - fk^a)}{f}$$

Keterangan:

U = nilai tengah + 0,5

N = jumlah frekuensi

Fk^a = frekuensi komulatif atas

F = frekuensi

$$Me = U - \frac{(\frac{1}{2}n - fk^a)}{f}$$

$$Me = 75,5 - \frac{(\frac{1}{2}45 - 20)}{14}$$

$$Me = 75,5 - \frac{(22,5 - 20)}{14}$$

$$Me = 75,5 - \frac{2,5}{14}$$

$$Me = 75,5 - 0,178 = 75,32$$

Lampiran 9

Tabel.Kategori

No	Pengkategori	Kategori
1.	>M + 1,5 SD	SangatBaik
2.	>M + 0,5 SD – MK + 1,5 SD	Baik
3.	>M – 0,5 SD – M + 0,5 SD	Sedang
4.	>M 1,5 SD – M – 0,5 SD	KurangBaik
5.	≤M – 1,5 SD	SangatKurangbaik

Tabel.KategoridanPresentase

No	Pengkategori	Kategori	f	Presentase (%)
1.	>89,095	SangatBaik	7	16
2.	>81,105 – 89,095	Baik	3	7
3.	>73,115 – 81,105	Sedang	24	53
4.	>65,125 – 73,115	KurangBaik	10	22
5.	≤65,125	SangatKurangBaik	1	2
Jumlah			45	100 %

• **RumusPresentase:**

$$P = \frac{f}{\Sigma f} \times 100 \%$$

$$1) P = \frac{f}{\Sigma f} \times 100 \%$$

$$P = \frac{7}{45} \times 100 \%$$

$$P = 16 \%$$

$$2) P = \frac{f}{\Sigma f} \times 100 \%$$

$$P = \frac{3}{45} \times 100 \%$$

$$P = 7 \%$$

$$3) P = \frac{f}{\Sigma f} \times 100 \%$$

$$P = \frac{24}{45} \times 100 \%$$

$$P = 53 \%$$

Lampiran 9



Gambar Profil SD Negeri Sungapan Kokap



Gambar saat pengarahan



Gambar Praktek Penilaian



Gambar Praktek Penilaian



Gambar Lapangan



Gambar Lapangan

Data Nama dan Tempat Tanggal Lahir Siswa Kelas V SD N Sungapan

No	Nama	L/P	Tempat, Tanggal Lahir	Umur
1	M Syahril R	L	Kulon Progo, 10-12-2002	12
2	Nurul F	P	Kulon Progo, 11-10-2003	11
3	Rusdiyanto	L	Kulon Progo, 01-02-2004	11
4	Achmad N	L	Kulon Progo, 26-11-2003	11
5	Agung P	L	Kulon Progo, 15-01-2004	11
6	Khoririn S	L	Kulon Progo, 28-03-2004	11
7	Khamdan A S	L	Kulon Progo, 03-02-2005	10
8	M Zaqi J	L	Kulon Progo, 04-04-2004	11
9	Rifka S	P	Kulon Progo, 16-05-2004	11
10	Wadzifatul K	P	Kulon Progo, 01-04-2005	10
11	Hernanda BP	L	Kulon Progo ,03-03-2004	11
12	Ainur Rofiq	L	Kulon Progo, 12-12-2004	10
13	Andry A	L	Kulon Progo, 10-11-2004	10
14	Ari W	L	Kulon Progo, 05-04-2004	11
15	Eko Y	L	Kulon Progo, 12-02-2005	10
16	Kurniasih	P	Kulon Progo, 26-01-2004	11