

**UPAYA MENINGKATKAN KERJASAMA DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI
LATIHAN MODIFIKASI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

Ristiya Nur Satriya Rini
07602241053

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

**UPAYA MENINGKATKAN KERJASAMA DALAM
PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI
LATIHAN MODIFIKASI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

Ristiya Nur Satriya Rini
07602241053

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul: “UPAYA MENINGKATKAN KERJASAMA DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI LATIHAN MODIFIKASI” yang disusun oleh Ristiya Nur Satriya Rini NIM 07602241053 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan

Yogyakarta, 8 Mei 2012

Pembimbing



SB. Pranatahadi, M.Kes

NIP. 19591103 198502 1 001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “UPAYA MENINGKATKAN KERJASAMA DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI LATIHAN MODIFIKASI” yang disusun oleh Ristiya Nur Satriya Rini NIM 07602241053 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 16 Mei 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
SB. Pranatahadi, M.Kes	Ketua Penguji		11/6 ¹²
Fajar Sri W, M.Or	Sekretaris Penguji		11/6 ¹²
Prof. Dr. Sukadiyanto	Penguji I		7/6 ¹²
Endang Rini S, M.S	Penguji II		8/6 ¹²

Yogyakarta, Juni 2012
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,


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 penulisan karya ilmiah yang telah 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, 8 Mei 2012
Yang yang menyatakan,



Ristiya Nur Satriya Rini
NIM : 07602241053

MOTTO

*Milikilah jiwa yang sehat, untuk memperoleh tubuh yang kuat
(Wuryanano)*

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Untuk Ibu, Bapak
Kakakku, dan Adikku.....*

*Semoga skripsi ini menginspirasi
bagi siapapun yang
membacanya...*

UPAYA MENINGKATKAN KERJASAMA DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI LATIHAN MODIFIKASI

Oleh
Ristiya Nur Satriya Rini
NIM 07602241053

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dapat tidaknya melalui latihan modifikasi untuk meningkatkan kerjasama dalam permainan bola voli di Spirit's Sleman.

Subjek penelitian ini adalah atlet klub bola voli Spirit's kelas pemula yang masih kurang mampu dalam bermain bola voli, yaitu sebanyak 12 atlet. Setting penelitian mengambil tempat di GOR Pangukan, Paten, Tridadi, Sleman; Gedung Putra Sleman, Ngebong, Margorejo, Tempel Sleman dan Lapangan Kapukondo, Banyurejo, Tempel, Sleman. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode observasi, dokumentasi dan tes hasil latihan. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang terdiri dari 3 siklus. Adapun urutan kegiatan penelitian tiap siklus mencakup (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) observasi, dan (4) refleksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kerjasama permainan bola voli melalui latihan modifikasi: (1) Atlet sudah mampu kerjasama dengan pemain lain ditunjukkan dengan nilai rata-rata sentuhan sebanyak 2,57 sentuhan dan mengalami peningkatan, dimana rata-rata sentuhan siklus I sebanyak 1,59 sentuhan, sehingga peningkatan sentuhan bola voli pada siklus II ini sebesar 61,4%, (2) Atlet sudah mampu kerjasama dengan pemain lain ditunjukkan dengan rata-rata pola serangan menggunakan *smash* sebesar 0,52 dan mengalami peningkatan, dimana rata-rata pola serangan menggunakan *smash* pada siklus I sebesar 0,13, sehingga peningkatan pola serangan menggunakan *smash* sebesar 308,1%, (3) Atlet sudah memiliki tingkat kesiapan untuk kerjasama dengan pemain lain ditunjukkan dengan rata-rata keaktifan atlet untuk selalu bergerak sebesar 0,84 dan mengalami peningkatan, dimana rata-rata keaktifan atlet untuk selalu bergerak pada siklus I sebesar 0,51, sehingga peningkatan keaktifan atlet untuk selalu bergerak meningkat sebesar 64,1%. Dari hasil penilaian tersebut, ketiga indikator kerjasama dalam permainan bola voli mengalami peningkatan lebih dari 60%, sehingga dapat disimpulkan bahwa kerjasama dalam permainan bola voli dapat ditingkatkan melalui latihan modifikasi tiga lawan tiga.

Kata Kunci : *Kerjasama, Permainan Bola Voli, Latihan Modifikasi.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT atas Rahmat dan Karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kerjasama dalam Permainan Bola Voli Melalui Latihan Modifikasi”.

Skripsi ini untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam meraih derajat Sarjana Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Strata Satu (S-1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini, penulis bermaksud menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., MA selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Ibu Endang Rini Sukamti, M.S. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Bapak SB. Pranatahadi, M.Kes selaku Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Segenap dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah membantu peneliti sejak awal hingga akhir penelitian ini.
6. Bapak Karjiono selaku Kepala Klub Bola Voli Spirit's
7. Susi Yulianti, S.Pd, Susi Yuliyani, S.Pd, Riana Sari, S.Pd, Jati Setyaning R, S.Pd, Tomi Windarto H., SPd, Tri Haryanto, S.Pd selaku Kolaborator yang telah membantu peneliti dalam proses pelaksanaan penelitian.
8. Bapak dan Ibuku tercinta yang selalu memberikan doa, semangat, kasih sayang, kesabaran dan dorongan hingga akhir studiku.

9. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis percaya bahwa semua bantuan dan kebaikan yang telah diberikan kepada penulis akan mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 8 Mei 2012
Peneliti

Ristiya Nur Satriya Rini

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Persetujuan	ii
Pengesahan	iii
Surat Pernyataan.....	iv
Motto	v
Halaman Persembahan	vi
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. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	7
1. Permainan Bola Voli	7
2. Latihan Modifikasi	19
3. Kerjasama dalam Permainan Bola Voli	26
B. Kerangka Berfikir	28
C. Hipotesis Tindakan	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	31
B. Subjek Penelitian	31
C. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	32
D. Prosedur Penelitian	34
E. Teknik Analisis Data	36
F. Indikator Keberhasilan Tindakan	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Seting Penelitian	40
B. Hasil Penelitian.....	41
1. Siklus I.....	41
a. Pertemuan pertama siklus I	41
b. Pertemuan kedua siklus I.....	46
c. Pertemuan ketiga siklus I	51
d. Pertemuan keempat siklus I.....	56
2. Siklus II	62
a. Pertemuan pertama siklus II.....	62

	b. Pertemuan kedua siklus II	67
	c. Pertemuan ketiga siklus II	72
	d. Pertemuan keempat siklus II	77
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan.....	82
	B. Keterbatasan	83
	C. Saran	83
Daftar Pustaka		85
Lampiran		87

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Gagasan Pendekatan Pembelajaran Permainan Bola Voli Mini	26
Tabel 3.1	Kerjasama Tim	38
Tabel 3.2	Keaktifan Atlet	38
Tabel 4.1	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 1	43
Tabel 4.2	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 1	43
Tabel 4.3	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 2	48
Tabel 4.4	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 2	48
Tabel 4.5	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 3	53
Tabel 4.6	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 3	53
Tabel 4.7	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan <i>Smash</i> Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 4	58
Tabel 4.8	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Dua Lawan Dua Pertemuan 4	58
Tabel 4.9	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 1	64
Tabel 4.10	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 1	64
Tabel 4.11	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 2	69
Tabel 4.12	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 2	69
Tabel 4.13	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 3	73
Tabel 4.14	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 3	74
Tabel 4.15	Hasil Perhitungan Sentuhan Bola Voli dan Smash Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 4	78
Tabel 4.16	Keaktifan Pemain Latihan Modifikasi Tiga Lawan Tiga Pertemuan 4	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Sikap Persiapan Pukulan Passing Bawah	10
Gambar 2.2	Pukulan Passing Bawah.....	10
Gambar 2.3	Sikap Tangan Saat <i>Passing</i> Atas	12
Gambar 2.4	<i>Passing</i> Atas	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Rencana Sesi Latihan	88-97
Lampiran 2	Daftar Nama Atlet Kelas Pemula Klub Bola Voli Spirit's.....	96
Lampiran 3	Hasil Observasi Siklus I	97-121
Lampiran 4	Hasil Observasi Siklus II.....	122-146
Lampiran 5	Dokumentasi.....	147-149
Lampiran 6	Permohonan Ijin Penelitian	150
Lampiran 7	Surat Keterangan Pengambilan Data.....	151
Lampiran 8	Pernyataan Kolaborator	152-157