

**TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM
PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR *PASSING BAWAH*
BOLA VOLI DI SMP NEGERI 3 SUKOHARJO
TAHUN 2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Oleh :
Arif Fianto
20601241071**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2024

**TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM
PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR *PASSING BAWAH*
BOLA VOLI DI SMP NEGERI 3 SUKOHARJO
TAHUN 2024**

Arif Fianto
20601241071

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing bawah* dalam permainan bola voli pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 3 Sukoharjo.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas VII yang terdapat di SMP Negeri 3 Sukoharjo yaitu sebanyak 31 peserta didik. Sampel yang diambil menggunakan Teknik *Purposive Sampling*. Sedangkan instrumen yang digunakan berupa Tes *passing bawah* (*Brumbach*) dari *Richard H. Cox*. dengan validitas 0.80 dan reliabilitas sebesar 0.89. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase..

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 31 siswa yang mengikuti tes tingkat keterampilan *passing bawah* bola voli menunjukkan kategori “kurang sekali” sebesar 6,5% sebanyak (2 peserta didik), kategori “kurang” sebesar 25,8% sebanyak (8 peserta didik), kategori “cukup” sebesar 35,5% sebanyak (11 peserta didik), kategori “baik” sebesar 22,6% sebanyak (7 peserta didik), kategori “baik sekali” sebesar 9,7% sebanyak (3 peserta didik). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan *passing bawah* masuk dalam kategori “cukup” sebanyak 11 peserta didik atau dengan presentase (35,5%)

Kata Kunci : *Keterampilan, Bola Voli, Passing Bawah.*

**LEVEL OF FOREARM PASSING BASIC SKILLS LEARNING
OF SEVENTH GRADE STUDENTS AT
SMP NEGERI 3 SUKOHARJO
IN 2024**

Arif Fianto
20601241071

ABSTRACT

The objective of this research is to determine the level of forearm passing skills in volleyball of seventh grade students of SMP Negeri 3 Sukoharjo (Sukoharjo 3 Junior High School).

This research was a descriptive quantitative study that used survey methods and data collection techniques used tests. The research population was seventh grade students of SMP Negeri 3 Sukoharjo, for about 31 students. Samples were taken by using Purposive Sampling Technique. Meanwhile, the instrument used the forearm passing test (Brumbach) from Richard H. Cox. with a validity of 0.80 and a reliability of 0.89. The data analysis technique used descriptive quantitative analysis elaborated in percentage form.

The results of the research show that of the 31 students who take the volleyball forearm passing skill level test, in the "very low" level at 6.5% (2 students), in the "low" level at 25.8% (8 students), in the "medium" level at 35.5% (11 students), in the "high" level at 22.6% (7 students), and in the "very high" level at 9.7% (3 students). Hence, it can be concluded that the level of forearm passing skills belongs to the "medium" level for about 11 students or at 35.5%.

Keywords: Skills, Volleyball, Forearm Passing.

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arif Fianto
NIM : 20601241071
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Di SMP Negeri 3 Sukoharjo Tahun 2024

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 3 Juli 2024

Yang Menyatakan,



Arif Fianto
NIM. 20601241071

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

**TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM
PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI DI
SMP NEGERI 3 SUKOHARJO TAHUN 2024**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Arif Fianto

NIM 20601241071

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Fakultas
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal:



Koordinator Program Studi PJKR

Dosen Pembimbing

Dr. Drs. Ngatman, M.Pd
NIP. 196706051994031001

Prof. Dr. Guntur, M.Pd.
NIP. 198109262006041001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM
PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR *PASSING BAWAH*
BOLA VOLI DI SMP NEGERI 3 SUKOHARJO
TAHUN 2024

TUGAS AKHIR SKRIPSI

ARIF FIANTO
NIM 20601241071

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal 29 Juli 2024

Nama/Jabatan

TIM PENGUJI

Tanda Tangan

Tanggal

Prof. Dr. Guntur, M.Pd
(Ketua Tim Penguji)

.....

26/7/2024

Dr. Ridho Gata Wijaya, S.Pd., M.Or
(Sekretaris Tim Penguji)

.....

24/7/2024

Dr. Sujarwo, S.Pd.Jas., M.Or
(Penguji Utama)

.....

23/7/2024

Yogyakarta, 29 Juli 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Dr. Hedi Andiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or.
NIP. 197702182008011002

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa dan atas dukungan dan doa dari orang-orang tercinta, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

1. Orang Tua tersayang Bapak Ahmad Sofidin dan Ibu Yatimah yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya. Karena tiada kata seindah lantunan doa dan tiada doa yang paling hikmat selain doa dari orang tua. Ucapan Terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan orang tua, karena itu terimalah persembahan bakti dan cinta ku untuk kalian orang tua ku.
2. Saudara kandung saya, adik saya Arfa Yuda Prasetya yang selalu memberikan saya support penuh dalam berproses menyelesaikan skripsi ini. Dukungan tulus dan cinta nya yang membuat saya semangat sampai akhir ini. Selalu saya doakan agar mereka sukses nanti nya.
3. Terimakasih untuk keluarga besar yang telah memberikan dukungan baik secara moril maupun material
4. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Ira Susanti sebagai partner spesial saya. Terimakasih telah menjadi sosok pendamping dan selalu menyupport saya dalam segala hal.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang maha Esa, berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Selanjutnya, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang membantu kelancaran penulisan skripsi ini, baik berupa dorongan moral dan materil. Karena penulis yakin tanpa bantuan dan dukungan tersebut, sulit rasanya bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Disamping itu, izinkan penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi
2. Dr. Drs. Ngatman, M.Pd. selaku Koorprodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi.
3. Prof. Dr. Guntur, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu nya untuk membimbing dan memberikan ilmu serta solusi untuk menyelesaikann penulisan skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu nya selama semester berlangsung.
5. Wahyu Hidayat, S.Pd dan segenap peserta didik SMP Negeri 3 Sukoharjo, yang telah membantu penulis dalam pengambilan data penelitian ini.
6. Sahabat dan teman-teman saya yang telah menemani serta memberikan dukungan serta ide ide menarik yang sangat membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Tanpa mereka saya tidak akan se semangat ini. Semoga kita dapat sama sama menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan yang melimpah

dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi (TAS) ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 3 Juli 2024
Penulis

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'A' followed by 'R' and 'F'.

Arif Fianto
NIM. 20601241071

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB I.....	1
PENDAHULAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II.....	9
KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori.....	9
1. Hakikat Pendidikan Jasmani	9
2. Hakikat Keterampilan	10
3. Hakikat Bola Voli	14
4. Hakikat Teknik Dasar BolaVoli.....	16
5. Pelaksanaan Pembelajaran Bola Voli Di SMP N 3 Sukoharjo	24
6. Karateristik Siswa SMP (13-15 Th).....	25
B. Penelitian Yang Relevan	27
C. Kerangka Berpikir	29
BAB III	30
METODE PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	31

D. Populasi dan Sampel Penelitian	31
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik Pengumpulan Data	34
G. Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV	38
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
A. Hasil Penelitian	38
B. Pembahasan.....	41
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	44
BAB V	46
PENUTUP	46
A. Kesimpulan	46
B. Implikasi.....	46
C. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	52
Lampiran 1. Surat Keterangan Izin Penelitian	53
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Instrumen.....	54
Lampiran 3. Surat Keterangan Bukti Penelitian	55
Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi	56
Lampiran 5. Data Hasil Penelitian	57
Lampiran 6. Deskriptif Statistik.....	59
Lampiran 7. Dokumentasi.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Batas Norma	36
Tabel 4. 1 Hasil kemampuan Passing Bawah Peserta Didik.....	38
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Keterampilan Passing Bawah	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Posisi Jari Tangan	21
Gambar 2. 2 Tahapan Melakukan Passing Bawah.....	21
Gambar 2. 3 Kerangka Berfikir.....	29
Gambar 3. 1 Tes passing bawah (Brumbach)	34
Gambar 4. 1 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Passing Bawah	40

BAB I PENDAHULAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan dapat dikatakan sebagai usaha sadar yang dipilih dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan, agama, kepribadian, sosial dan keterampilan sehingga bermanfaat bagi diri sendiri, masyarakat, agama, bangsa dan negara. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (UU RI No.20 Tahun 2003).

Pendidikan dapat diperoleh melalui jalur pendidikan formal seperti sekolah. Sekolah adalah sebuah lembaga atau bangunan yang digunakan untuk kegiatan belajar mengajar sesuai dengan jenjang pendidikan seperti sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA). Ada banyak mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah, salah satunya adalah pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Mata pelajaran ini merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara umum yang mempengaruhi potensi siswa dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik melalui aktivitas jasmani. (Utama, 2011 p. 2)

Aktivitas jasmani merupakan bentuk rangsangan yang diciptakan untuk mempengaruhi potensi yang dimiliki siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah mulai dari pendidikan anak usia dini hingga pendidikan menengah. Melalui aktivitas jasmani, diharapkan tujuan pendidikan yang meliputi ranah kognitif, afektif, fisik, dan psikomotorik dapat terwujud. Ada banyak jenis mata pelajaran di sekolah, salah satunya adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK). Di sekolah terdapat berbagai macam jenis olahraga yang dapat bertujuan untuk melatih sikap afektif, kognitif dan psikomotorik siswa, salah satunya dapat dilakukan dengan bermain bola voli.

Bola voli adalah permainan yang dibatasi oleh net dan dimainkan di atas lapangan persegi panjang berukuran 18 x 9 meter. Permainan ini bertujuan melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh di lapangan permainan lawan. Dalam permainan bola voli terdapat empat teknik dasar yang harus dikuasai, yaitu: passing, servis, smash, dan block. Teknik-teknik dasar tersebut harus benar-benar dikuasai karena berperan sebagai faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu tim. Oleh karena itu, guru harus mengajarkan kepada siswa tentang teknik-teknik dasar yang terdapat dalam permainan bola voli.

Menurut Ahmadi (2007, p. 57) permainan bolavoli merupakan suatu aktivitas gerak yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan seluruh koordinasi gerak tubuh yang sangat diandalkan untuk melakukan gerakan dari berbagai macam teknik yang ada dalam permainan bolavoli. Di lingkungan sekolah, olahraga bola voli

selalu menjadi pilihan guru saat melakukan pembelajaran PJOK. Selain sebagai olahraga yang dapat dilakukan untuk menjaga kebugaran jasmani siswa, olahraga ini juga dapat menjadi kegiatan yang bersifat edukatif karena olahraga bola voli dapat berperan dalam membentuk kerja sama antar siswa. Mata pelajaran PJOK di sekolah juga merupakan salah satu pelajaran yang wajib dilaksanakan oleh sekolah karena pelajaran PJOK merupakan bagian dari pendidikan yang secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek-aspek kebugaran jasmani siswa. Seperti mengembangkan pengetahuan pola berpikir hidup sehat, mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin dan mengembangkan kemampuan motorik pada siswa untuk menjadi lebih baik. Perlu diketahui juga bahwa tujuan dari olahraga itu sendiri dapat dikategorikan sebagai olahraga untuk pendidikan, olahraga untuk prestasi, olahraga untuk rekreasi dan olahraga untuk kesehatan.

Harapan dalam pembelajaran PJOK khususnya pada permainan bola voli yaitu agar peserta didik dapat lebih memahami tentang bagaimana cara melakukan *passing* bawah dan memahami lebih jelas tentang bagaimana teknik teknik dasar dalam permainan bola voli. Dikarenakan masih banyak guru PJOK yang masih kurang memberikan pemahaman dan penjelasan terkait teknik permainan bola voli dengan jelas, sehingga masih terdapat beberapa peserta didik saat bermain bola voli di lapangan dan terlihat beberapa peserta didik yang masih jarang bisa melakukan *passing* bawah dengan benar. Peserta didik kebanyakan lebih senang melakukan *passing* bawah dengan mengepalkan jari jari tangan (tinjuan). Berdasarkan pengamatan, masih terdapat beberapa peserta didik saat

melakukan *passing* bawah masih salah, baik dari mulai sikap awal, sikap perkenaan, maupun sikap akhir. Kesalahan yang sering terjadi, yaitu siswa saat melakukan *passing* bawah dengan lengan bengkok karena siku di tekuk dan kesalahan pada sikap awalan, yaitu sikap tubuh tegak dengan sikap kaki dirapatkan atau membuka kaki terlalu lebar sehingga sikap awalan posisi kaki tidak berbentuk kuda-kuda. Hal itu juga karena beberapa peserta didik masih ada yang merasa takut untuk melakukan *passing* bawah karena takut tangannya sakit terkena bola voli.

Di SMP Negeri 3 Sukoharjo, Kabupaten Wonosobo, merupakan salah satu sekolah yang memiliki sarana dan prasarana yang cukup memadai. Dari lapangan voli, bola voli dan juga net voli semuanya ada dan standar. Akan tetapi berdasarkan informasi yang didapatkan peneliti dari guru penjasorkes, SMP Negeri 3 Sukoharjo, Peserta didik jarang sekali memanfaatkan sarana dan prasarana tersebut dengan baik, mereka masih jarang melakukan aktivitas fisik seperti bermain bola voli di lingkungan rumah maupun sekolah. Setelah jam sekolah selesai, sekarang mereka banyak menghabiskan waktu hanya untuk bermain *gadget* dan bermain *Game Online*. Mereka cenderung melakukan aktivitas fisik atau permainan bola voli hanya pada saat jam pelajaran penjasorkes di sekolah saja. Serta pada saat akan mendekati kejuaraan bola voli seperti POPDA, O2SN serta kejuaraan yang lainnya. Informasi tersebut peneliti dapatkan selain dari guru juga peneliti mengamati aktivitas peserta didik SMPN 3 Sukoharjo ini yang jarang bahkan tidak pernah mengikuti atau bergabung dengan

kegiatan olahraga bola voli di lingkungan rumah atau sekolah ketika sore hari. Hal itu yang kemudian menjadikan salah satu faktor baik atau tidaknya keterampilan peserta didik dalam bermain bola voli. Kemudian dari informasi yang peneliti dapatkan bahwa di sekolah ini belum ada penelitian mengenai tingkat keterampilan dasar *passing* bawah bola voli siswa di SMP Negeri 3 Sukoharjo, sehingga belum diketahuinya kualitas keterampilan teknik dasar *passing* bawah bola voli siswa di SMP Negeri 3 Sukoharjo.

Atas dasar permasalahan uraian diatas, peneliti memandang penting untuk melakukan penelitian tingkat keterampilan dasar *passing* bawah bola voli siswa. Sehingga manfaat dari penelitian ini juga dapat sebagai acuan guru untuk menjadikan suatu tolak ukur kualitas kemampuan keterampilan dasar siswa dan juga sebagai bentuk persiapan guru atau pihak sekolah dalam mempersiapkan mengikuti event atau kejuaraan yang ada di sekolah maupun luar sekolah. Tingkat Keterampilan dasar bola voli dalam penelitian ini hanya dibatasi pada siswa kelas VII dan pada teknik *passing* bawah.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian mengenai “Tingkat Keterampilan Peserta Didik Kelas VII Pada Pembelajaran Teknik Dasar *Passing* Bawah Bola Voli di SMP Negeri 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo”. Alasan penulis memilih judul penelitian tersebut karena (1) permainan olahraga bola voli termasuk dalam kurikulum pendidikan dan masuk kategori permainan bola besar, (2) teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli termasuk faktor terpenting dalam bermain, (3) belum

ada penelitian bola voli di SMP Negeri 3 Sukoharjo, (4) belum diketahui tingkat keterampilan dasar *passing* bawah bola voli di SMP Negeri 3 Sukoharjo

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat diperoleh beberapa identifikasi masalah yaitu:

1. Peserta didik masih kurang dalam penguasaan pada materi teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli di SMP Negeri 3 Sukoharjo.
2. Masih ada peserta didik yang belum bisa melakukan *passing* bawah bola voli.
3. Masih terdapat peserta didik yang takut dalam melakukan *passing* bawah bola voli.
4. Keterampilan bermain bola voli peserta didik tergolong rendah terutama peserta didik perempuan.
5. Belum diketahui seberapa baik tingkat keterampilan dasar *passing* bawah pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah disebutkan di atas, maka perlu adanya pembatasan masalah agar ruang lingkup penelitian yang dilakukan penulis menjadi jelas dan lebih akurat. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat keterampilan dasar *passing* bawah pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah, maka rumusan masalahnya adalah “Seberapa baik tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang sudah dirumuskan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo

F. Manfaat Penelitian

Hasil yang akan didapatkan dari penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang akan diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai berbagai manfaat sebagai berikut.

1. Teoritis

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan keilmuan dalam proses pembelajaran atau latihan bola voli di sekolah, khususnya di SMP Negeri 3 Sukoharjo.
- b. Untuk memperbanyak wawasan ilmu guru /pelatihan bola voli.
- c. Sebagai alat ukur untuk mengukur keterampilan dasar dalam permainan bola voli.
- d. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan suatu bahan referensi yang bermanfaat dalam proses pembelajaran permainan bola voli.

2. Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan hal yang positif untuk acuan proses pembelajaran dalam memberikan metode yang baik dalam mengajarkan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli.
- b. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan hal yang positif dalam memberikan metode pembelajaran/latihan untuk menggapai prestasi yang baik.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari proses pendidikan secara keseluruhan yang merupakan bidang usaha yang memiliki tujuan pengembangan penampilan melalui aktivitas fisik yang telah diselesaikan dengan cermat untuk memperoleh hasil nyata. Yang akan memberikan kemungkinan kepada individu untuk hidup lebih aktif dan lebih sempurna, (Winarno, 2006, p. 1) pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang disesaikan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan kemampuan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif melakukan kegiatan jasmani (Agus Suryobroto, 2004, p. 5).

Pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga merupakan mata pelajaran yang wajib harus ada di setiap sekolah. Mata pelajaran ini menitik beratkan pada aktivitas jasmani kepada para peserta didik. Dengan mengikuti aktivitas jasmani yang rutin dan baik anak diharapkan akan bugar tubuhnya dan bisa membuat anak nahagia. Tetapi tidak hanya sekedar itu, dengan beraktivitas jasmani juga akan mengembangkan semua kepintaran yang dimiliki oleh anak mulai dari rana kognitif, psikomotorik hingga ke ranah afektifnya.

Walaupun tujuan utama pendidikan jasmani adalah mengembangkan keterampilan gerak dan kebugaran jasmani (ranah jasmani dan psikomotorik),

tetapi mengembangkan ranah kognitif dan afektif pula dinomorduakan. Hal ini akan terlaksana bila rencananya dilakukan secara cermat dan hati-hati. Kedudukan pendidikan jasmani yang demikian strategis menuntutnya harus memiliki program yang terencana dan terukur.

Dari beberapa pendapat tentang pengertian pendidikan jasmani diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang menggunakan aktivitas jasmani (fisik) sebagai media untuk mencapai tujuan. Tujuan pendidikan jasmani, bukan hanya mengembangkan fisik saja, melainkan untuk mengembangkan mental, sosial, emosional, dan intelektual. Berdasarkan tujuan itulah tolak pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan.

2. Hakikat Keterampilan

Keterampilan adalah kemampuan atau kecakapan untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan baik. Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang berbeda-beda. Suatu keterampilan hanya dapat dikuasai atau diperoleh jika dipelajari atau dilatih dengan persyaratan tertentu, salah satunya adalah kegiatan belajar atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang cukup. Pada hakikatnya, semua tugas dalam kehidupan sehari-hari selalu melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan-keterampilan tersebut hanya dapat diperoleh jika dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau pelatihan. Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat

kemampuan seseorang yang bervariasi. Meskipun istilah ini memiliki banyak pengertian pada umumnya yang dimaksud dengan keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu (Chabib, p. 2016).

Menurut Depdiknas (2008, p. 4) “Keterampilan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan.” Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sugiyono (2003, p. 8-11) yang mengatakan bahwa keterampilan bisa diartikan sebagai kemampuan untuk tugas-tugas tertentu dengan baik. Semakin baik penguasaan keterampilan, maka pelaksanaannya akan semakin efisien. Dengan kata lain bahwa efisien yaitu pelaksanaan diperlukan untuk melakukan gerakan keterampilan. Efisien pelaksanaan dapat tercapai bila secara mekanis gerakan dilakukan secara benar. Apabila gerakan keterampilan dapat dikuasai maka yang menguasai gerakan tersebut dapat dikatakan terampil. Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan yaitu suatu perbuatan atau tugas sebagai indikator Tingkat keterampilan seseorang untuk dapat mencapai tujuan tertentu secara benar dan baik

Keterampilan dasar bermain bola voli dapat disimpulkan sebagai derajat kemampuan dalam melaksanakan teknik dasar bermain bola voli yang dilakukan secara efektif dan efisien yang ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan beradaptasi. Keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh jika dipelajari atau dilatih dengan persyaratan tertentu, diantaranya adalah kegiatan belajar atau berlatih keterampilan secara terus menerus dalam kurun waktu tertentu.

a) Faktor yang mempengaruhi keterampilan

Menurut Setiadi (2019, p. 2) Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan yaitu faktor ukuran fisik, faktor kekuatan dan faktor proporsi tubuh. Adapun menurut Menurut Sukamti (2018, pp. 37-38) Kondisi/faktor yang mempengaruhi keterampilan, antara lain:

- 1) Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- 2) Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- 3) Kondisi pralahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pascalahir, ketimbang kondisi pralahir yang tidak menyenangkan.
- 4) Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- 5) Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pascalahir akan mempercepat perkembangan motorik
- 6) Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ-nya normal atau di bawah normal.

- 7) Adanya rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- 8) Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- 9) Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbang perkembangan motorik anak yang lahir kemudian.
- 10) Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktunya.
- 11) Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.
- 12) Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

Pada intinya suatu keterampilan itu akan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut yang dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang sudah dapat ditentukan.

3. Hakikat Bola Voli

Permainan bola voli merupakan permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu, dimana setiap regu akan saling berhadapan dan hanya diperbolehkan melakukan sentuhan sebanyak tiga kali. Permainan bola voli dimainkan dalam suatu lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 18 x 9 meter dan setiap tim dipisahkan oleh sebuah net atau jaring. Permainan bola voli adalah sebuah permainan yang mudah dilakukan, menyenangkan dan bisa dilakukan di halaman/lapangan. (Rithaudin & Hartati, 2016, p. 52).

Bola voli merupakan olahraga beregu atau kelompok dan merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan di semua jenjang sekolah, yaitu di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Hakikat permainan bola voli adalah suatu aktivitas fisik yang dilandasi oleh semangat perjuangan melawan diri sendiri dan orang lain yang harus dilandasi oleh jiwa ksatria, artinya dalam bermain bola voli seseorang harus menjunjung tinggi nilai-nilai kejujuran, percaya diri, kerjasama, disiplin, kreatifitas, sportivitas, tanggung jawab, dan keberanian. Hal ini diharapkan dapat menciptakan permainan yang tidak hanya menyalurkan bakat dan hobi tetapi juga membuat permainan bola voli menjadi menyenangkan dan menjunjung tinggi nilai-nilai moral yang luhur (Ikhwani, 2018: 174). Hal tersebut diharapkan menciptakan permainan yang tak hanya untuk menyalurkan bakat maupun kegemaran namun juga menjadikan

permainan bola voli menjadi menyenangkan dan menjunjung nilai-nilai budi pekerti yang luhur.

Suhadi (2014, p. 7) mengemukakan bahwa permainan bola voli pada hakekatnya adalah memvoli dengan menggunakan seluruh anggota badan dan menyeberangkan bola melalui net kelapangan lawan. Permainan bola voli dimainkan dengan menggunakan bola besar oleh dua regu dan tiap regu hanya boleh memvoli bola tiga kali dan juga tiap pemain tidak melakukan sentuhan dua kali berturut-turut kecuali ketika melakukan *blocking*. Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak (Kardiyanto & Sunardi, 2020, p. 5)

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik dasar. Teknik dasar bermain bola voli merupakan faktor yang sangat penting karena mempengaruhi kelancaran permainan, bukan pencapaian prestasi. Adapun yang dimaksud dengan teknik dasar permainan bola voli menurut Yunus (2012, p. 38) bahwa teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal. Setiap tim dapat melakukan tiga kali pantulan atau sentuhan. Bola dinyatakan dalam permainan ketika bola dipukul oleh server melewati net sampai bola menyentuh lantai. Bola voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim, dimainkan oleh enam pemain untuk setiap tim yang dibatasi oleh sebuah net. Dalam

permainan bola voli hanya diperkenankan menyentuh bola sebanyak tiga kali dengan tujuan akhir menjatuhkan bola di daerah lawan sampai pada poin yang telah ditentukan.

Berdasarkan beberapa definisi tentang permainan bola voli tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah permainan di atas lapangan persegi empat yang berukuran 9 X 18 meter yang terdiri dari dua regu yang masing masing beranggotakan 6 orang dengan cara memvoli di udara dan melewatkan bola di atas net atau net dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam lapangan lawan untuk mendapatkan skor dan mencari kemenangan.

6. Hakikat Teknik Dasar BolaVoli

1) Pengertian Teknik Dasar

Bola voli merupakan permainan yang kompleks dan tidak mudah untuk dimainkan oleh semua orang. Karena, dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerakan yang benar-benar dapat diandalkan untuk melakukan semua gerakan dalam permainan bola voli. Oleh karena itu, diperlukan pengetahuan yang baik tentang teknik dasar dan teknik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif

Menurut Ahmadi (2007, p. 20) dalam teknik dasar bola voli terdiri atas servis, passing bawah, passing atas, block dan smash. Dalam teknik dasar ini dibuuthkan koordinasi gerakan yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan. Tanpa memiliki pemahaman mengenai teknik bermain bola voli yang baik, maka seseorang tidak akan bisa mendapatkan hasil

yang baik saat melakukan kegiatan bolavoli. Penguasaan teknik saat melakukan kegiatan bola voli bisa didapatkan melalui proses berlatih secara benar dan terarah. Sehingga teknik dasar yang dilakukan siswa dapat dengan lancar dan tepat.

Teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai yaitu teknik dasar passing bawah, karena passing bawah sangat berguna untuk pertahanan bahkan bisa dijadikan sebagai penambahan poin bagi tim dalam meraih kemenangan. Untuk dapat meningkatkan kemampuan bermain harus dapat menguasai teknik-teknik dasar permainan bolavoli dengan baik. Menurut Febri (2014, p. 2) teknik dasar merupakan unsur terpenting dalam permainan bola voli, tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, bola voli tidak dapat dimainkan dengan sempurna. Sehingga teknik dasar sangat penting untuk dilakukan sebelum permainan bola voli dilakukan. Teknik dasar sangat menentukan keberhasilan dalam permainan bola voli.

Berdasarkan beberapa teori di atas, teknik dasar merupakan suatu prosedur atau kegiatan praktik baik dalam prosedur atau tahap awal untuk memulai suatu kegiatan pembelajaran maupun suatu proses melahirkan aktivitas fisik dan pembuktian suatu praktik dengan sebaik-baiknya untuk menyelesaikan pembelajaran yang sedang berlangsung dan menyelesaikan masalah, jika saat melakukan kegiatan yang sulit.

Berikut ini kita uraikan teknik dasar bola voli yang menjadi dasar utama yaitu

a) Servis

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan di daerah sebelah kanan belakang dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) melampaui net ke daerah lawan. Pukulan service dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Pukulan service dapat berupa serangan bila bola dipukul dengan keras dan terarah atau (Jump Servis). Servis yang keras juga dapat berbentuk serangan yang pertama dalam permainan bola voli. Servis sendiri pada dasarnya terbagi menjadi 3 jenis, ada servis atas, servis bawah, dan servis menyamping. Berikut kita jelaskan satu persatu teknik dasar servis atas, servis bawah dan servis menyamping

b) Servis Bawah

Servis bawah adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka atau menggenggam, dimana pukulan ini dilakukan dengan cara bola sedikit dilambungkan kemudian dipukul dibagian bawah pusar perut, kemudian pukul kearah daerah lawan hingga menyebrang net.

a) Cara Melakukan Servis Atas

Teknik servis atas dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut :

- 1) Berdiri dengan tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan.
- 2) Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul.
- 3) Lambungkan bola hingga ke atas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan mengayunkan tangan

lewat atas ke arah bola.

- 4) Selanjutnya langkahkan kaki belakang ke depan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.

1) *Passing*

Passing merupakan usaha atau upaya seseorang pemain dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan, yang tujuannya adalah untuk memperoleh bola kepada teman secepatnya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Dalam perkembangannya permainan bola voli membutuhkan *passing* yang akurat dan terampil agar didapatkan suatu kerjasama yang bagus untuk memenangkan suatu pertandingan. Nuril Ahmadi (2007:22). Dalam buku ini penulis membahas 2 pembagian *passing* pada bola voli yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. Sebelum menjabarkan pembagian *passing* terlebih dahulu penulis mengingatkan baik posisi rangkaian jari-jari, maupun posisi kedua tangan sebelum melakukan *passing* bawah.

a) Pengertian *Passing* Bawah Bola Voli

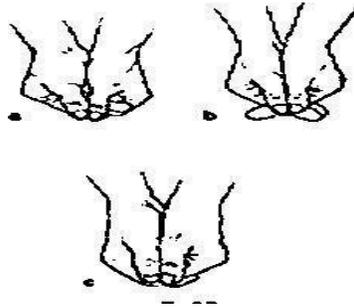
Passing bawah adalah teknik permainan bola voli yang sangat baik penting untuk dikuasai oleh pemain bola voli dan memiliki banyak fungsi. Jadi, *passing* bawah bola voli adalah teknik dasar dalam permainan bola voli, teknik yang digunakan untuk menerima servis, spike, juga memukul bola dari ketinggian pinggang ke bawah dan memukul bola yang memantul ke dalam net.

Menurut (Endang Yulia & Dwi Pratiwi 2020 : 14) Passing adalah usaha atau upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan, yang tujuannya adalah untuk memberikan bola kepada teman secepat mungkin untuk dimainkan di lapangan sendiri. Dalam perkembangannya, permainan bola voli membutuhkan passing yang akurat dan terampil agar dapat memperoleh kerjasama yang baik untuk memenangkan suatu pertandingan.

Passing bawah bola voli adalah suatu gerakan mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman atau tim. Teknik passing bawah dalam bola voli merupakan teknik yang sangat penting dan harus dikuasai oleh para pemain bola voli. Beberapa fungsi utama passing bawah adalah untuk menerima bola pertama dari lawan, mengoper bola ke teman satu tim, dan untuk membendung serangan/smash dari tim lawan.

1) Posisi Jari dan lengan

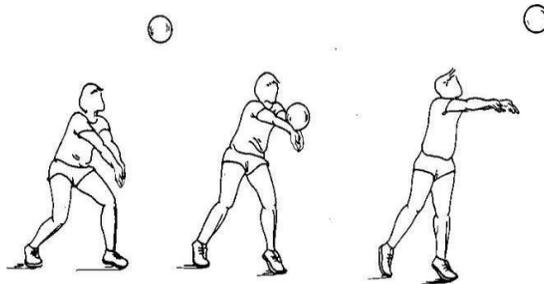
Posisi jari dan lengan untuk operan bawah dalam bola voli sangat berbeda dengan operan lainnya. Oleh karena itu, diperlukan keterampilan yang memadai, serta koordinasi mata dan tangan sebelum bola jatuh atau mengenai lengan. Tujuannya adalah agar bola memantul satu kali dan kembali ke arahnya.



Gambar 2. 1 Posisi Jari Tangan

(Sumber Endang Yulia & Dwi Pratiwi : 2020)

2) Tahapan Passing bawah



(Sumber Endang Yulia & Dwi Pratiwi : 2020)

Gambar 2. 2 Tahapan Melakukan Passing Bawah

Menurut Herlintang (2019, p. 17) terdapat beberapa tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan gerakan lanjutan yaitu sebagai berikut:

1) Tahap Persiapan

- a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutu direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan.
- b. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar.

- c. Pandangan kearah datangnya bola.

2) Tahap Pelaksanaan

- a. Dorongkan kedua lengan kearah datngnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai.
- b. Usahakan arah datangnya bola tepat ditengah-tengah badan.
- c. Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.

3) Gerakan Lanjutan

- a. Tumit terangkat dari lantai
- b. Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
- c. Pandangan mengikuti arah gerakan bola.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik passing bawah adalah passing dengan menggunakan lengan bagian bawah. Teknik ini memiliki tiga tahapan dalam pelaksanaannya, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan lanjutan. Teknik passing bawah memegang peranan yang sangat penting karena teknik ini merupakan modal awal untuk melakukan aktivitas bola voli. Apabila kemampuan teknik dasar passing bawah suatu tim baik, maka tim tersebut akan lebih mudah untuk menerima bola dari lawan dan juga untuk mengatur serangan balik terhadap lawan dalam upaya mendapatkan poin.

c. Kesalahan-kesalahan Teknik *Passing* Bawah

Dalam melakukan suatu teknik gerakan, tidak bisa dipungkiri bahwa pasti terjadi hal yang tidak diinginkan seperti salah dalam melakukan teknik

tersebut. Berikut adalah kesalahan-kesalahan dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah menurut Ahmadi (2007: 24-25) :

- 1) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.
- 2) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan ke atas sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak 90 derajat.
- 3) Bola jatuh pada kepalan telapak tangan.
- 4) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- 5) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- 6) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif sehingga bola lari jauh menyeleweng.
- 7) Kurang menekuk lutut pada langkah persiapan pelaksanaan.
- 8) Persentuhan bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada) sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan *passing*.
- 9) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas, dilakukan dengan *passing* bawah.
- 10) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.

- 11) Pemain malas melakukan *passing* atas terutama wanita setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- 12) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat, berputar).
- 13) Lengan pemukul digerakan dua kali.
- 14) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

Dari pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam melakukan teknik *passing* bawah biasanya terjadi suatu kesalahan gerakan karena beberapa faktor, contohnya adalah tingkat keterampilannya yang kurang. Maka dari itu dengan terus berlatih maka suatu pemain akan dapat meminimalisir kesalahan gerakan gerakannya.

7. Pelaksanaan Pembelajaran Bola Voli Di SMP N 3 Sukoharjo

Dalam pembelajaran bola voli teknik dasar merupakan faktor yang mendasar yang harus diajarkan pada siswa SMP, dengan menguasai teknik dasar bermain bola voli, siswa diharapkan memiliki keterampilan bermain bola voli yang baik. Permainan bola voli merupakan salah satu pelajaran yang di ajarkan di SMP sesuai kurikulum yang ada, manfaat bermain bola voli bagi siswa dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari guru PJOK di SMPN 3 Sukoharjo bahwa pelaksanaan pembelajaran bola voli yang ada sudah berjalan dengan baik sesuai dengan materi dan kurikulum yang ada. Antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli juga tinggi di sini

terlihat keseriusan siswa dalam mengikuti pelajaran, walaupun ada beberapa hal yang membuat pembelajaran belum berjalan efektif yang salah satunya dikarenakan alokasi waktu yang di sediakan terlalu singkat.

8. Karakteristik Siswa SMP (13-15 Th)

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata “karakter” ditafsirkan dengan tarbiat, sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang bisa membedakan antara seseorang dengan yang lain, dan watak. Dengan kata lain karakter merupakan bagian integral yang terukir didalam diri seseorang dan mencerminkan kualitas diri orang tersebut. Peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat diartikan sebagai awal masuknya peserta didik pada masa remaja. Anak pada usia ini memiliki kecenderungan gemar bermain dan memiliki perkembangan yang cukup signifikan. Secara psikologis dapat dikatakan bahwa mereka yang baru memasuki usia ini masih merasa dirinya anak-anak, akan tetapi mereka memiliki rasa ketertarikan terhadap hal-hal baru. Peserta didik usia SMP biasanya berusia 13-15 tahun, meskipun ada juga yang terkadang sebelum usia tersebut sudah masuk ke SMP.

Menurut Desmita (2017, p. 101), anak usia SMP memiliki karakteristik perkembangan, yaitu:

- a. Ketidak seimbangan proporsi tubuh yaitu tinggi badan dan berat badan.
- b. Sudah terlihat ciri-ciri seks sekunder.
- c. Berkecenderungan ingin menyendiri dengan berkeinginan bergaul.
- d. Sudah dapat menganalisis antara teori dan fakta dimasyarakat.

- e. Mulai mempertanyakan secara *skeptis* mengenai *eksistensi* dan keadilan tuhan.
- f. Emosi yang belum stabil.
- g. Mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.
- h. Minat dan pilihan karir sudah terlihat.

Masa SMP adalah masa pubertas dimana emosi masih labil, sehingga lebih senang menyendiri dalam bergaul. Sudah terlihat secara seks sekunder dan minat dalam pilihan berkarier, sehingga sudah dapat mengembangkan standar harapan terhadap perilakunya dalam masyarakat.

Adapun ciri menurut Septianingrum (2016, p. 14), anak usia SMP memiliki beberapa ciri-ciri tertentu. Ciri-ciri tersebut dikategorikan sebagai berikut:

a. Jasmani

- 1) Laki-laki atau perempuan mengalami pertumbuhan yang pesat.
- 2) Membutuhkan waktu istirahat yang cukup.
- 3) Sering mencari perhatian agar sering diperhatikan.
- 4) Merasa memiliki kekuatan dan energi yang besar.
- 5) Mudah mengalami kelelahan, tetapi dipaksakan.
- 6) Persiapan dan kematangan dalam ketrampilan bermain menjadi baik.

b. Psikis dan Mental

- 1) Banyak mengeluarkan energi dan berkhayalan.

2) Ingin menentukan pandangan hidupnya sendiri.

3) Mudah gelisah karena keadaan lemah

d. Sosial

1) Ingin diakui atau dikenal oleh banyak orang.

2) Mengetahui moral dan etika dalam kehidupannya

3) Rasa Solidaritas yang selalu berkembang.

Berdasarkan ciri-ciri tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta didik SMP ini tidak stabil atau kurang konsisten dalam menanggapi permasalahannya. Hal itu dapat disebabkan karena mereka berada pada tahap transisi atau lebih mudahnya sedang berada di masa perpindahan dari anak-anak menuju masa remaja. Oleh karena itu pendidikan di sekolah sangat penting untuk membimbing mereka dan pembentukan karakter yang baik serta sarana dalam memberikan perhatian yang cukup bagi mereka.

B. Penelitian Yang Relevan

Persamaan penelitian yang akan dilakukan sama-sama membahas tentang teknik dasar bermain bola voli. Manfaat dari penelitian yang relevan adalah sebagai bahan referensi agar penelitian yang akan dilakukan menjadi lebih jelas. Penelitian yang berkaitan dengan tingkat keterampilan dasar permainan bola voli sebelumnya, yaitu:

1. Halintar Herlintang (2019) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas Vii Di Smp Negeri 2 Gamping Sleman

Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019” hasil keseluruhan penelitian ini menunjukkan dari 32 siswa yang mengikuti tes keterampilan, siswa yang tingkat keterampilan passing bawahnya “Baik Sekali” berjumlah 0 siswa, jika di persentase sebesar (0%), “Baik” berjumlah 0 siswa dengan persentase (0%), “Sedang” berjumlah 6 siswa dengan persentase (18,75%), “Kurang” berjumlah 10 siswa dengan persentase (31,25%), “Kurang Sekali” berjumlah 16 siswa dengan persentase (50%). Hasil di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilannya masuk dalam kategori “Kurang Sekali”.

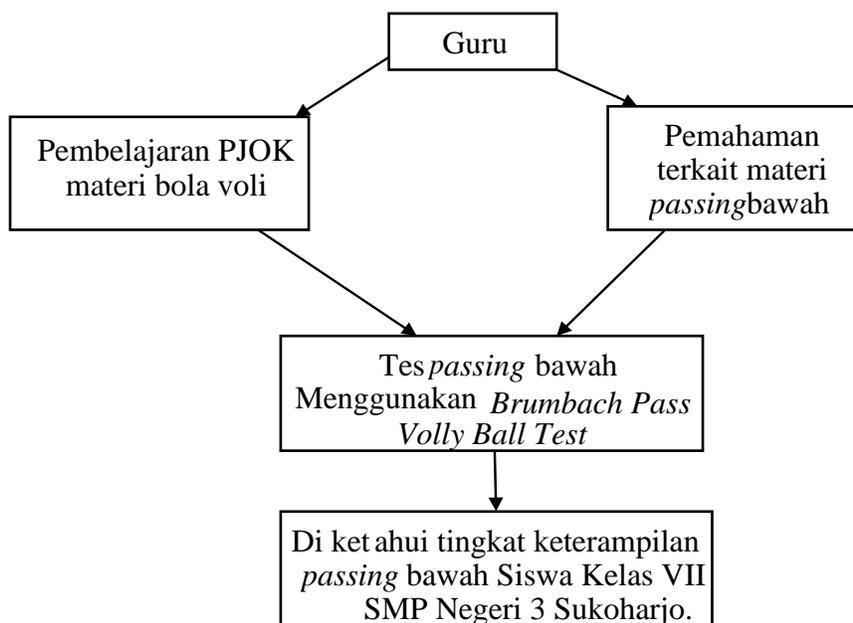
2. Ikhsan Pangestu Setyawan (2017), yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 3 Klaten TA 2016/2017”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes tingkat keterampilan bola voli, sebanyak 9 siswa termasuk dalam kategori sedang (45%), sebanyak 6 siswa atau sebesar (30%) termasuk kategori baik, sebanyak 4 siswa atau sebesar (20%) termasuk kategori sangat kurang, sebanyak 1 siswa atau sebesar (5%) termasuk kategori sangat baik, sebanyak 0 siswa atau sebesar (0%) termasuk kategori kurang
3. Yusuf Soleh (2022), yang berjudul “Tingkat Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Peserta Didik Kelas X Jurusan Teknik Kendaraan Ringan Di Smk Dr. Sutomo Temanggung” Hasil penelitian tingkat keterampilan passing bawah bola voli peserta didik kelas X Jurusan Teknik Kendaraan Ringan di SMK Dr. Sutomo Temanggung menunjukkan bahwa: pada klasifikasi “Baik Sekali” sejumlah 9 peserta didik dengan perentase (7,25%), “Baik” sejumlah 14 peserta

didik dengan persentase (11,29%), “Sedang” sejumlah 70 peserta didik dengan persentase (56,45%), “Kurang” sejumlah 31 peserta didik dengan persentase (25%), ”Kurang Sekali” sejumlah 0 dengan persentase (0%).

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teori di atas, untuk dapat melakukan kegiatan permainan bola voli dengan baik, seseorang harus dapat memiliki keterampilan teknik dasar dalam bola voli. Karena dalam permainan bola voli, keterampilan dasar sangatlah penting gunanya untuk meningkatkan keterampilan gerak dasarnya. Tes keterampilan dasar permainan bola voli ini dilakukan pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo. Tes ini dilakukan guna untuk mengetahui seberapa besar dan sejauh mana tingkat keterampilan dasar permainan bola voli pada siswa yang mana dapat juga digunakan sebagai data atau tolak ukur untuk guru penjasorkes di SMP Negeri 3 Sukoharjo tersebut.

Gambar 2. 3 Kerangka Berfikir



BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan presentase tentang tingkat keterampilan gerak dasar *passing* bawah yang menggambarkan situasi atau keadaan yang sedang berlangsung tanpa pengajuan hipotesis. Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri yaitu tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran.

Menurut Sugiyono (2022, p. 57) metode penelitian survei adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi pada masa lampau atau saat ini, tentang keyakinan, pendapat, karakteristik, perilaku, hubungan variabel dan untuk menguji beberapa hipotesis tentang variabel sosiologis dan psikologis dari sampel yang diambil dari populasi tertentu, teknik pengumpulan data dengan pengamatan (wawancara atau kuesioner) yang tidak mendalam, dan hasil penelitian cenderung untuk digeneralisasikan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Sukoharjo yang terletak di Jl. Tlogo Plintaran, Pucungwetan, Sukoharjo, Wonosobo. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei hingga bulan Juni 2024 pada jam pelajaran olahraga.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2022, p. 67) Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal, yaitu tingkat keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli. Tingkat keterampilan *passing* bawah adalah tingkat kecakapan seseorang untuk *mepassing* bola voli dengan menggunakan lengan bawah.

Tingkat keterampilan bola voli adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo. Teknik dasar dalam penelitian ini dibatasi dengan teknik *passing* bawah. Teknik *passing* bawah yang akan dilakukan oleh siswa kelas VII SMP Negeri 3 Sukoharjo menggunakan sisi lengan bagian bawah yang dominan untuk menerima *service* dan menerima bola dari lawan yang berupa *smash*.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2016, p. 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Sukoharjo.

Sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut. Menurut Sugiyono (2016, p. 18) Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, *random* atau daerah tetapi atas dasar tujuan dan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan *teknik purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki pertimbangan yang sesuai untuk di teliti. Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu siswa yang memenuhi pertimbangan tertentu. Adapun pertimbangan dalam menentukan sampel penelitian yaitu:

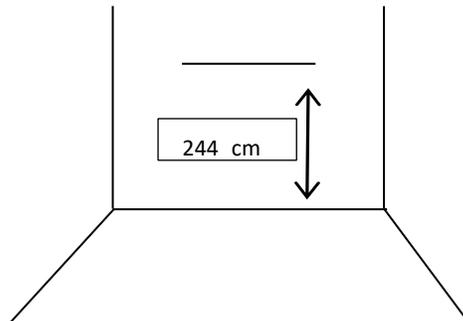
1. Keterbatasan waktu, dikarenakan waktu penelitian berdekatan dengan jadwal ujian sekolah.
2. Keterbatasan biaya, karena untuk memberikan timbal balik berupa konsumsi untuk siswa yang di teliti.
3. Keterbatasan materi, sampel yang diambil peneliti berdasarkan informasi dari guru PJOK bahwa kelas untuk penelitian telah mendapat dua kali pertemuan, berbeda dengan kelas lainnya yang baru satu kali pertemuan.
4. Keterbatasan tenaga, karena penelitian hanya dilakukan 2 orang.

Berdasarkan uraian tersebut maka sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas VII A yang berjumlah 31 siswa.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah suatu alat ukur untuk mendapatkan suatu data yang diinginkan oleh peneliti yang nantinya diharapkan pula oleh peneliti untuk mendapatkan data yang sesuai harapan. Menurut Sugiyono (2007: 97) instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian yang diamati. Instrumen diperlukan agar pekerjaan yang dilakukan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga data lebih mudah diolah. Instrumen merupakan alat ukur untuk mendapatkan data, agar suatu penelitian mendapatkan data sesuai yang diharapkan.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa tes *passing* bawah menurut Richard H. Cox (1980, p. 100). yaitu dengan cara melakukan *passing* bawah selama 1 menit sebanyak mungkin dihitung setelah sentuhan pertama, sebelum melakukan tes sesungguhnya di beri waktu untuk uji coba tes selama 20 detik. Pada saat tes yang sesungguhnya diberikan 3 kali kesempatan melakukan tes. Hasil 3 kali kesempatan tes akan diambil 2 skor terbaik kemudian dirata-rata. Tes ini memiliki banyak kelebihan atau kemudahan diantaranya dapat dilaksanakan di lapangan yang tidak begitu luas, peserta tes lebih mudah dalam pengawasan, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik SMP.



Gambar 3. 1 Tes passing bawah (Brumbach)

Richard H. Cox (1980 : 100).

Menurut Suharsimi (2002, p. 144), Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Dalam penelitian ini menggunakan tingkat validitas yang sudah diuji. Tes *passing* bawah mempunyai validitas 0.80.

Menurut Sugiyono (2015, p. 268) Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Reliabilitas tes merupakan tingkat konsistensi suatu tes adalah sejauh mana tes dapat dipercaya untuk menghasilkan skor konsisten, relatif tidak berubah meskipun diteskan pada situasi yang berbeda. Dalam penelitian menggunakan tingkat reliabilitas yang sudah baku. Tes *passing* bawah mempunyai reliabilitas 0.89.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan sebuah tes untuk dicari sebuah data. Menurut Ismayarti (2006, p. 1) tes adalah instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes.

Tes adalah sebuah prosedur yang sistematis dan objektif untuk memperoleh data atau keterangan yang diinginkan dengan cara relatif tepat. Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data. Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada peserta didik tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah menyiapkan alat-alat dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah meteran, alat tulis, dan lain-lain.
- b. Pelaksanaan tes. Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu peserta didik dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, kemudian dilakukan pemanasan. Peserta didik diinstruksikan untuk melakukan tes secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat.
- c. Pencatatan data tes. Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis.

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Analisis data ini dilakukan dengan bantuan SPSS untuk mencari nilai tengah (median), nilai

rata- rata (mean), nilai tertinggi (maximum), nilai terendah (min), dan standar deviasi (SD).

Setelah diperoleh data dalam bentuk 1 skor maka data dapat dikategorikan sesuai kategori yang telah ditentukan. Pengkategorian dikelompokkan menjadi 5 kategori yaitu: Baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batas norma (Sudjono, 2009, p. 453), sebagai berikut :

Tabel 3. 1 Batas Norma

No	Pengkatagorian	Kategori
1	$>M + 1,5 SD$	Baik Sekali
2	$>M + 0,5 SD - M + 1,5 SD$	Baik
3	$>M - 0,5 SD - M + 0,5 SD$	Cukup
4	$>M - 1,5 SD - M - 0,5 SD$	Kurang
5	$<M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*Mean*)

X : skor

S : standar deviasi

Setelah data dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase. Menurut Arikunto (2011, p. 50) rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMPN 3 Sukoharjo, Kabupaten Wonosobo pada hari senin 27 Mei 2024. Objek penelitian ini adalah peserta didik Sekolah Menengah Pertama kelas VII A yang berjumlah sebanyak 31 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan *passing* bawah bola voli yaitu Brumbach Forearm Pass Wall-Volley Test (Tes Passing Bawah), melakukan percobaan sebanyak 3 kali melakukan *passing* bawah selama 1 menit, maka kemudian data yang akan diambil yaitu nilai atau skor tertinggi dari hasil 3 kali melakukan *passing* bawah. Berikut hasil tes kemampuan *passing* bawah peserta didik kelas VII A di SMPN 3 Sukoharjo, Kabupaten Wonosobo tahun 2024.

Tabel 4. 1 Hasil kemampuan Passing Bawah Peserta Didik Kelas VII A SMP N 3 Sukoharjo

No	Nama	Hasil <i>Passing</i> Bawah			Nilai Terbaik
		Ke 1	Ke 2	Ke 3	
1	Achmad Ridwan A	12	15	17	17
2	Adilla Pramesti	14	18	25	25
3	Alfathur Rifai	11	12	10	12
4	Alif Miftahul Yahya	12	20	21	21
5	Arya Fitriansyah	10	15	28	28
6	Aulia Najwa Imsniar	11	15	17	17
7	Bagas Indra Pratama	14	17	20	20
8	Cahyo Aufa Taqqya	17	26	19	26
9	Artalita Keysha A	11	13	15	15
10	Chandra Syahputra	10	8	11	11

11	Cyntia Daliani	14	19	15	19
12	Davin Akbar M	9	15	20	20
13	Dimas Anggara	8	8	9	9
14	Edhgar Rafa Rilano P	14	18	22	22
15	Fajar Nur Rozak	10	16	18	18
16	Faris Sukur Maulana	7	10	16	16
17	Hanung Permana	23	16	27	27
18	Indi Laesaroh	10	11	12	12
19	Indri Nurliya Safa	19	27	33	33
20	Johanes Alvino L	23	34	21	34
21	Kholifatul Hasanah	12	10	8	12
22	Kiki Fatimah	8	12	16	16
23	Kukuh Rendra P	6	7	7	7
24	Lifiana	11	17	22	22
25	Nafisa Aulia Putri	17	21	26	26
26	Nur Aisyah	20	19	23	23
27	Qarribnaa Cahya Duhita	15	29	18	29
28	Rahayu Septiana	16	27	35	35
29	Rama Aditya	19	26	28	28
30	Ria Agustina	11	18	17	18
31	Ziadhatun Asifa	9	15	16	16
	<i>Mean</i>	20,42	<i>Minimum</i>		7,00
	<i>Std. Deviasi</i>	7,29	<i>Maximum</i>		35,00

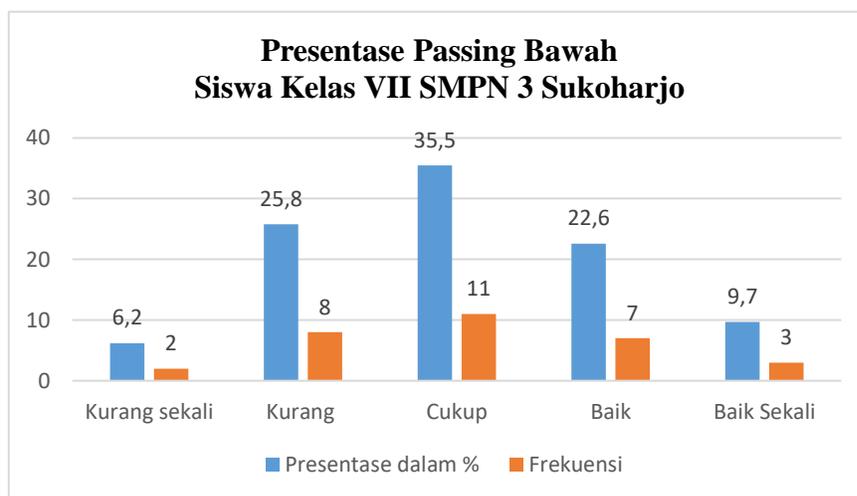
Setelah diketahui nilai tertinggi dari melakukan 3 kali kesempatan tes passing bawah, kemudian hasil tes akan dihitung dengan menggunakan aplikasi SPSS dan akan diperoleh hasil seperti berikut: skor terendah (minimum) 7,0, skor tertinggi (maximum) 35,00, rerata (mean) 20,42, nilai Tengah (median) 22,0, nilai yang sering muncul (mode) 12,00, standar deviasi (SD) 7,29, berikut adalah data distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang telah di tentukan:

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Keterampilan Passing Bawah Peserta Didik Kelas VII Materi Permainan Bola Voli di SMPN 3 Sukoharjo, Kabupaten Wonosobo

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < 9$	Kurang sekali	2	6,5%
2	$11 < X \leq 17$	Kurang	8	25,8%
3	$24 < X \leq 24$	Cukup	11	35,5%
4	$35 < X \leq 31$	Baik	7	22,6%
5	$X > 31$	Baik Sekali	3	9,7%
Jumlah			31	100%

Berdasarkan distribusi Frekuensi seperti table di atas, kemampuan *passing* bawah peserta didik kelas VII pembelajaran bola voli di SMP Negeri 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo dapat disajikan kedalam diagram batang sebagai berikut:

Gambar 4. 1 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Passing Bawah Peserta Didik Kelas Kelas VII di SMPN 3 Sukoharjo, Kabupaten Wonosobo



Berdasarkan tabel dan diagram di atas, dapat disimpulkan bahwa kategori keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli peserta didik kelas VII di SMPN 3 Sukoharjo bermacam - macam yaitu, untuk kategori “kurang sekali” sebesar 6,5% sebanyak (2 peserta didik), kategori “kurang” sebesar 25,8% sebanyak (8 peserta didik), kategori “cukup” sebesar 35,5% sebanyak (11 peserta didik), kategori “baik” sebesar 22,6% sebanyak (7 peserta didik), kategori “baik sekali” sebesar 9,7% sebanyak (3 peserta didik).

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VII SMPN 3 Sukoharjo termasuk dalam kategori Cukup. Ada beberapa siswa yang dapat melakukan *passing* dengan baik, namun ada beberapa juga siswa yang melakukan kesalahan dalam melakukan teknik *passing* bawah dalam permainan bola tersebut. Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat dari nilai keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMPN 3 Sukoharjo masuk dalam kategori “cukup” dengan persentase 35,5%.

Pertama, hasil penelitian ini dikarenakan setiap siswa memiliki tingkat keterampilan teknik yang berbeda-beda, ada yang baik dan ada yang kurang baik. Siswa belum mengetahui teknik melakukan *passing* bawah yang baik dan benar, terutama pada saat sikap awal dan perkenaan. Pada sikap permulaan seharusnya posisi badan merendah, kaki ditekuk, tetapi banyak siswa yang masih dalam posisi tegak, pada sikap permulaan sebagian besar perkenaan bola kurang tepat, sehingga

hasil tes passing kurang baik. Passing berarti mengoper atau mengumpan, teknik ini merupakan teknik dasar yang cukup sulit dan digunakan dalam permainan bola voli.

Menurut Sujarwo (2022, p. 11) Passing bawah adalah operan dasar dalam permainan bola voli (Dalam prinsip saat melakukan passing bawah dapat diupayakan bahwa bola itu selalu ke depan atas pemain dan melambung di daerah Tengah lapangan, sehingga memudahkan pengumpan untuk melakukan umpanan yang akan dituju. Begitu juga dalam pembelajaran pendidikan jasmani, seorang siswa harus menguasai passing bawah. Akan dapat menentukan bagaimana siswa bermain dalam bola voli, karena menerima passing yang baik merupakan awal dari keberhasilan smash dan apabila passing baik maka permainan akan berjalan dengan baik.

Pada prinsipnya, saat melakukan passing bawah, usahakan bola selalu berada di depan pemain dan memantul di tengah lapangan, sehingga memudahkan pengumpan untuk mengoper. yang harus diperhatikan. Pada saat dilakukan tes keterampilan passing bawah, siswa masih kebingungan saat melakukan passing bawah. Penguasaan teknik passing bawah harus dikuasai oleh setiap siswa karena akan menentukan bagaimana siswa dalam bermain bola voli.

Prinsip dalam melakukan passing bawah adalah bola selalu berada di depan pemain dan memantul di tengah lapangan, sehingga memudahkan pengumpan untuk melakukan passing yang dituju. Kesalahan yang sering dilakukan siswa saat melakukan passing bawah adalah mengangkat lengan terlalu tinggi, sehingga bola

yang diumpun tidak dapat melambung tinggi ke depan melainkan melambung tinggi ke belakang dan bola tidak dapat dikontrol dengan baik. Kemudian, dari faktor motivasi dan emosi. Faktor yang dapat mempengaruhi ketika siswa melakukan tes keterampilan passing bawah dengan hasil yang kurang memuaskan adalah kurangnya rasa percaya diri, mudah emosi, kurangnya motivasi dan keterampilan. Karena materi permainan bola voli yang diajarkan di sekolah masih kurang. Selain itu pada saat melaksanakan tes, jika emosi siswa tidak dapat dikendalikan maka akan selalu terburu-buru dan tidak sabar saat melaksanakan rangkaian tes.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru memiliki peran penting untuk dapat memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswanya sesuai dengan perkembangannya, sehingga guru dapat membantu siswa dalam mempelajari permainan bola voli dengan mudah dan efisien. Aspek penting yang diutamakan dalam belajar bermain bola voli adalah kondisi fisik.

Menurut Sujarwo (2017, p. 30) Kondisi fisik dalam permainan bola voli hampir sama dengan kondisi fisik permainan bola basket dimana seluruh komponen biomotor sangat dibutuhkan dalam permainan bola voli. Komponen yang utama dalam kondisi fisik seperti: 1) kekuatan, 2) daya tahan, 3) kecepatan, dan 4) kelincahan merupakan komponen dasar dalam bola voli). Dan juga memiliki tinggi badan yang sesuai dan kondisi fisik yang baik. Kondisi fisik atau unsur fisik yang baik dalam penelitian ini adalah kondisi mata, tangan dan kekuatan otot.

Namun faktanya dilapangan siswa sering mengeluh karena tangannya sakit saat melakukan passing bawah.

Hal ini bisa terjadi karena fisik siswa yang lemah, tidak terbiasa bermain menggunakan bola voli yang sesungguhnya dan seringnya menggunakan bola plastik saat pelajaran pendidikan jasmani berlangsung. Namun ada juga beberapa siswa yang mampu dan baik dalam melakukan passing bawah karena siswa tersebut mengikuti latihan di klub bola voli yang diadakan di luar sekolah dan siswa tersebut berlatih secara rutin dan menggunakan bola voli asli saat latihan.

Dalam mempelajari keterampilan passing bawah permainan bola voli alangkah baiknya memiliki suasana yang menyenangkan dan tidak kompetitif sehingga siswa belajar olahraga atau teknik passing bawah bola. pelajaran pendidikan jasmani mereka merasa senang dan nyaman. Harapannya dengan diadakannya tes keterampilan teknik passing bawah akan dapat diketahui sejauh mana tingkat keterampilan siswa dalam melaksanakan pelajaran pendidikan jasmani pada materi permainan bola voli . Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh guru sebagai acuan untuk melakukan perbaikan dalam proses pembelajaran bola voli kedepannya.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan sebaik mungkin, akan tetapi tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian, yaitu sebagai berikut:

1. Tidak memperhatikan masalah kondisi fisik dan mental peserta didik pada waktu pelaksanaan tes berlangsung.

2. Tidak memperhitungkan masalah waktu serta keadaan tempat pada saat pelaksanaan tes berlangsung.
3. Saat pengambilan data, tidak dibantu oleh petugas yang tugasnya membantu untuk pengambilan data.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis data, deskripsi, hasil pengujian penelitian dan pembahasan yang dapat diambil kesimpulan adalah keterampilan *passing* bawah peserta didik kelas VII dalam pembelajaran Pendidikan jasmani pada materi permainan bola voli di SMPN 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo dengan kategori “kurang sekali” sebesar 6,5% sebanyak (2 peserta didik), kategori “kurang” sebesar 25,8% sebanyak (8 peserta didik), kategori “cukup” sebesar 35,5% sebanyak (11 peserta didik), kategori “baik” sebesar 22,6% sebanyak (7 peserta didik), kategori “baik sekali” sebesar 9,7% sebanyak (3 peserta didik).

B. Implikasi

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil dari penelitian sebagai berikut:

1. Guru dan peserta didik dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk dapat meningkatkan dan memperbaiki kualitas pelaksanaan dalam proses belajar mengajar.
2. Dapat diketahuinya tingkat keterampilan peserta didik dalam melakukan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli di SMPN 3 Sukoharjo Kabupaten Wonosobo.

3. Menjadi masukan kepada pendidik dalam rangka mengembangkan keterampilan gerakan *passing* bawah dalam pembelajaran bola voli di SMPN 3 Sukoharjo.
4. Sebagai kajian pengembangan metode pembelajaran bola voli kedepannya.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

1. Kepada Pihak Sekolah

Melihat hasil penelitian mengenai tingkat keterampilan *passing* bawah, hendaknya sekolah memberi dukungan kepada guru PJOK agar dapat mengembangkan potensi yang ada dengan cara memberikan pembinaan yang lebih instensif dan terstruktur

2. Kepada Guru PJOK

Bagi guru PJOK, alangkah lebih baik jika selalu melakukan evaluasi (tes) secara rutin dan terencana agar dapat lebih mengetahui kemampuan yang dimiliki setiap .

3. Kepada Peserta Didik

- a. dapat memanfaatkan peluang yang ada untuk mengikuti latihan di ekstrakurikuler bolavoli yang diselenggarakan oleh sekolah
- b. diharapkan lebih meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* bawah, dengan cara latihan secara rutin dan benar

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenisnya.
- b. Melakukan penelitian dengan sampel yang berbeda dan lebih banyak lagi agar kemampuan peserta didik dalam bidang bolavoli dapat teridentifikasi lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Suryobroto. 2004. *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta:
- Agus, M. & Lubis, E. A. (2017). Peningkatan hasil belajar *passing* atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.
- Ahmad Chabib. (2016). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolavoli siswa Putra Kelas Viii di Smp Negeri 1 Puring Kabupaten, Jawa Tengah*. : Skripsi UNY.
- Ahmadi, Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bola voli*. Solo: Era Pustaka Utama
- Amirulloh, Hari. (2003). *Alat evaluasi keterampilan bermain bola basket*. Jakarta: Gramedia.
- Arfani, L. (2018). Mengurai hakikat pendidikan, belajar dan pembelajaran. *Pelita Bangsa Pelestari Pancasila, 11(2)*.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rikena Cipta.
- Cahya, D. Gusra. (2012). *Tingkat keterampilan bermain bola basket siswa putraputri MAN Yogyakarta 1 yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket*. Yogyakarta: Skripsi UNY.
- Cox, Richard. H. (1980). *Teaching Volleyball*. USA: Burgess Publishing Company.
- Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi Departemen Pendidikan Nasional.

Endang Yulia & Dwi Pratiwi (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Palembang. Bening Media Publishing

Febri, dkk. (2014). "Hubungan Antara Konsentrasi Siswa Dengan Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli (Studi Pada Siswa Kelas X Jurusan Administrasi Perkantoran SMK Negeri 1 Boyolangu Tulungagung Tahun Ajaran 2012/2013)". *E-Journal PJKR UNESA*. Vol 02 No. Tahun 2014, 1-3.

FIK UNY.

Hamzah, I., Ginanjar, A., & Setiawan, A. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 58-63.

Ikhwani, Y. (2018). Tingkat Keterampilan Servis Atas, Dan Passing Bawah Siswa Putra Peserta Ektrakurikuler Bola Voli SMA Negeri Aceh Besar. *Jurnal Penjaskesrek*, 5(2), 173-178.

Lubis, A. E., & Agus, M. (2017). Peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2), 58-64.

Kardiyanto, D. W., & Sunardi. (2020). *Kepelatihan Bola Voli*. Zifatama Jawa.

Manurizal, L., & Fitriana, L. (2019). Pengaruh Metode Latihan Guided Discovery dan Metode Series Of Play Terhadap Kemampuan Servis Atlet Bolavoli Putri Rokan Hulu. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(2), 258-270.

PBVS. (2004). *Peraturan permainan bola voli*. Jakarta: PP. PBVS.

- Rithaudin, Ahmad dan Bernadicta Sri Hartati. *Upaya meningkatkan pembelajaran passing bawah permainan bola voli dengan permainan bola pantul pada siswa kelas IV SD Negeri Glagahombo 1 Tempel Sleman Yogyakarta*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol 12, No 1. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Setiadi, L. D. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Siswa Kelas Vii Smp Pada Pembelajaran Pjok Di Smp Negeri 2 Depok. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1–9.
- Sukamti, E. R. (2018). *Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sujarwo. (2017). *Perkembangan Bola Voli Modern*. Yogyakarta : UNY Press.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi. (2004). *Pengaruh Pembelajaran Bola Voli Suhadi*. Yogyakarta : FIK UNY
- Umbaro, Bani Tri. (2009). *Tingkat keterampilan bermain bola voli siswa putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul*. Yogyakarta: Skripsi UNY
- Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional).
Universitas Negeri Malang
- Utama, A.M Bandi (2011). *Pembentukan karakter anak melalui aktivitas bermain dalam pendidikan jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol 8, No1.
Universitas Negeri Yogyakarta.
- Winarno. 2006. *Perspektif Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang:
- Yunus, M. (1992). *Bola voli Olahraga Pilihan*. Jakarta: Depdikbud

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan Izin Penelitian

22/05/24, 10.28

SURAT IZIN PENELITIAN

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/911/UN34.16/PT.01.04/2024 22 Mei 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . **Kepala SMPN 3 Sukoharjo**
Pandak Kidul, Pucungwetan, Kec. Sukoharjo, Kabupaten Wonosobo

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Arif Fianto
NIM : 20601241071
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN
TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI DI SMP NEGERI 3 SUKOHARJO
TAHUN 2024
Waktu Penelitian : 23 Mei - 6 Juni 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.


Dekan
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian> 1/1

Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Instrumen

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Yuyun Ari Wibowo, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP : 198305092008121002
Jurusan : Pendidikan Olahraga

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Arif Fianto
NIM : 20601241071
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi – S1
Judul : TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII
DALAM PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR *PASSING* BAWAH BOLA VOLI DI
SMP NEGERI 3 SUKOHARJO TAHUN 2024

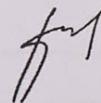
setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Dengan demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Mei 2024
Validator,



Yuyun Ari Wibowo, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 198305092008121002

Catatan:

Beri tanda ✓

Lampiran 3. Surat Keterangan Bukti Penelitian

**PEMERINTAH KABUPATEN WONOSOBO**
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 3 SUKOHARJO
Alamat : Desa Pucungwetan – Sukoharjo – Wonosobo 56363
Website : s.id/smpn3sukoharjo E-mail : smpn3sukoharjowsb@gmail.com

SURAT KETERANGAN
No. 421.3 / 096 / V / 2024

Yang bertanda tangan dibawah ini ;

Nama : TEGUH BUDI RAHARJO EKO SAPUTRA, M.Pd
NIP : 19008223 200501 1 009
Pangkat Gol/Ruang : Pembina / IV A
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMP Negeri 3 Sukoharjo

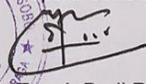
Dengan ini menerangkan bahwa ;

Nama : ARIF FIANTO
NIM : 20601241071
Program Study : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi - S1
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah selesai melakukan penelitian di SMP Negeri 3 Sukoharjo, Sejak tanggal 23 Mei 2024 s/d 6 Juni 2024 untuk memperoleh data dalam penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul :

TINGKAT KETERAMPILAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI DI SMP NEGERI 3 SUKOHARJO TAHUN 2024.

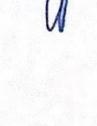
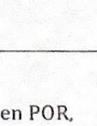
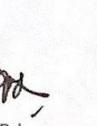
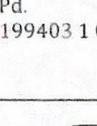
Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sukoharjo, 7 Juni 2024
Kepala Sekolah,

Teguh Budi Raharjo ES, M.Pd
Pembina
NIP 19008223 200501 1 009



Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

Nama Mahasiswa : ARIF Fianto
 NIM : 20601241071
 Program Studi : PJKR
 Pembimbing : Prof. Dr. Buntur, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	4/04/24	Pembalukan	
2	24/04/24	Bab II	
3	17/05/24	Bab III	
4	1/06/24	Uraian	
5	26/06/2024	Revisi	
6	27/06/2024	Bab IV	
7	29/06/2024	Bab V	
8	05/06/2024	Revisi	
9	1/07/2024	Revisi Daftar	
10		Uraian skripsi	

Ketua Departemen POR,


 Dr. Ngatman, M.Pd.
 NIP. 19670605 199403 1 001



Lampiran 5. Data Hasil Penelitian

HASIL KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH PESERTA DIDIK KELAS

VII SMP NEGERI 3 SUKOHARJO

No	Nama	Hasil <i>Passing</i> Bawah			Nilai Terbaik
		Ke 1	Ke 2	Ke 3	
1	Achmad Ridwan A	12	15	17	17
2	Adilla Pramesti	14	18	25	25
3	Alfathur Rifai	11	12	10	12
4	Alif Miftahul Yahya	12	20	21	21
5	Arya Fitriansyah	10	15	28	28
6	Aulia Najwa Imsniar	11	15	17	17
7	Bagas Indra Pratama	14	17	20	20
8	Cahyo Aufa Taqqya	17	26	19	26
9	Artalita Keysha A	11	13	15	15
10	Chandra Syahputra	10	8	11	11
11	Cyntia Daliani	14	19	15	19
12	Davin Akbar M	9	15	20	20
13	Dimas Anggara	8	8	9	9
14	Edhgar Rafa Rilano P	14	18	22	22
15	Fajar Nur Rozak	10	16	18	18
16	Faris Sukur Maulana	7	10	16	16
17	Hanung Permana	23	16	27	27
18	Indi Laesaroh	10	11	12	12
19	Indri Nurliya Safa	19	27	33	33
20	Johanes Alvino L	23	34	21	34
21	Kholifatul Hasanah	12	10	8	12
22	Kiki Fatimah	8	12	16	16
23	Kukuh Rendra P	6	7	7	7
24	Lifiana	11	17	22	22
25	Nafisa Aulia Putri	17	21	26	26
26	Nur Aisyah	20	19	23	23
27	Qarribnaa Cahya Duhita	15	29	18	29

28	Rahayu Septiana	16	27	35	35
29	Rama Aditya	19	26	28	28
30	Ria Agustina	11	18	17	18
31	Ziadhatun Asifa	9	15	16	16

Lampiran 6. Deskriptif Statistik

Descriptive Statistics													
	N Statistic	Range Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Sum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Variance Statistic	Skewness		Kurtosis		
									Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error	
Skorr	31	30	7	37	682	22.00	8.347	69.667	.042	.421	-1.033	.821	
Valid N (listwise)	31												

Descriptive Statistics													
	N Statistic	Range Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Sum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Variance Statistic	Skewness		Kurtosis		
									Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error	
Skorr	31	30	7	37	682	22.00	8.347	69.667	.042	.421	-1.033	.821	
Valid N (listwise)	31												

Lampiran 7. Dokumentasi

