

# **MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI MELALUI PENERAPAN METODE BERMAIN**

(Penelitian Tindakan Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Negeri 1 Cilegon)



**UJANG DINDIN ROSDIWAN**

**7216158143**

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
untuk Mendapatkan Gelar Magister

**PASCA SARJANA**  
**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**  
**2020**

# **MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI PENERAPAN METODE BERMAIN**

**(Penelitian Tindakan Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Negeri 1 Cilegon)**

**UJANG DINDIN ROSDIWAN**

## **ABSTRAK**

Penelitian ini secara umum bertujuan meningkatkan keterampilan teknik passing bawah bola voli dengan penerapan metode bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMK Negeri 1 Cilegon. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan dengan desain Kemmis dan Taggart. Pada penelitian ini, peran peneliti adalah sebagai instrumen kunci, meneliti dan terlibat langsung dalam keseluruhan proses penelitian, mulai dari kegiatan praobservasi, perencanaan, sampai pada tahap refleksi dalam setiap siklus. Selain itu, peneliti bertindak sebagai perencana, pengamat, pengolah, dan penganalisis data. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah sebanyak 36 siswa. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument tes dan observasi. Hasil penelitian keterampilan teknik passing bawah pada data awal sekitar 8% siswa yang mencapai keberhasilan. Pada siklus I peneliti menerapkan metode bermain untuk meningkatkan keterampilan teknik passing bawah bola voli dengan hasil sebanyak 27 siswa (75 %) yang mencapai kriteria keberhasilan. Pada siklus II terdapat 34 orang siswa (94.4%). Sehingga penelitian ini tidak dilanjutkan karena telah mencapai kriteria keberhasilan sebesar 80 %. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan teknik passing bawah bola voli.

**Kata Kunci:** bermain, keterampilan passing bawah, voli

# ***IMPROVING UNDER THE VOLLEY PASSING TECHNIQUES THROUGH THE APPLICATION OF THE PLAY METHOD***

***(Action Research on Volleyball Extracurricular Students at SMK Negeri 1 Cilegon)***

**UJANG DINDIN ROSDIWAN**

## ***ABSTRACT***

This study generally aims to improve the skills of volleyball under passing techniques by applying the play method to students who take extracurricular activities at SMK Negeri 1 Cilegon. This study uses an action research method with Kemmis and Taggart designs. In this study, the role of researchers is as a key instrument, researching and directly involved in the entire research process, starting from the activities of observation, planning, to the reflection phase in each cycle. In addition, researchers act as planners, observers, processors, and data analyzers. The research subjects in this study were 36 students. The instruments used in this study were test and observation instruments. The results of research on the technique of passing under the initial data about 8% of students who achieve success. In the first cycle, the researchers applied the play method to improve the skill of passing under volleyball with 27 students (75%) achieving the success criteria. In cycle II there were 34 students (94.4%). So this research was not continued because it had reached the success criteria of 80%. Thus it can be concluded that the playing method can improve the skill of passing under volleyball.

**Keywords:** playing, under passing skills, volleyball

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING  
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd  
Tanggal... 18-12-19 .....



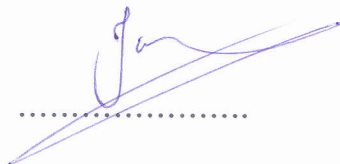
Dr. Yasep Setiakarna Wijaya, M.Kes  
Tanggal... 18-12-19 .....

Nama

Tanda tangan

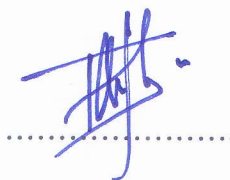
Tanggal

Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd  
(Direktur)<sup>1</sup>



3-2-2020

Dr. Taufik Rihatno  
(Koordinator Prodi)<sup>2</sup>



23-12-2019

Nama : Ujang Dindin Rosdiawan

No Reg : 7216158143

Tanggal Lulus :

1. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

2. Koordinator Prodi Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelas Magister dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Tesis yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan dan peundangan yang berlaku.

Jakarta, Agustus 2019



**UJANG DINDIN ROSDIWAN**



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : UJANG DINDIN ROSDIAWAN  
NIM : 7216158143  
Fakultas/Prodi : PASCA SARJANA PENDIDIKAN OLAHRAGA  
Alamat email : [dienrosdiawan\\_78@yahoo.co.id](mailto:dienrosdiawan_78@yahoo.co.id)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI MELALUI

PENERAPAN METODE BERMAIN

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, April 2020

Penulis

( UJANG DINDIN ROSDIAWAN )

## KATA PENGANTAR

Ucapan syukur dan terima kasih penulis sampaikan ke hadirat Maha Kuasa Allah SWT,atas pertolongan dan Hidayahnya penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis dengan judul: Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain.

Tesis ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dalam bidang Pendidikan Jasmani Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

Penulis menyadari bahwa tesis ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak,oleh karena itu penulis berterima kasih kepada semua pihak yang secara langsung dan tidak langsung memberikan kontribusi dalam penyelesaian tesis ini.Secara khusus pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada : Prof.Firmansyah Dlis,M.Pd dan Dr.Yasep Satyakarnawijaya,M.Pd sebagai pembimbing I dan II yang telah membimbing dan mengarahkan penulis selama penyusunan tesis ini dari awal hingga tesis ini dapat diselesaikan.

Peneliti juga berterima kasih kepada Rektor Universitas Negeri Jakarta,Prof.Intan Ahmad,Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta Prof.Dr.Nadiroh,M.Pd, beserta jajarannya yang telah berupaya meningkatkan situasi kondusif pada program pascasarjana UNJ.Tidak lupa penulis berterima kasih kepada Koordinator Program Studi Pascasarjana Magister Pendidikan Jasmani Dr.Taufik Rihatno beserta jajaran Program Studi Pendidikan Olahraga.Demikian juga penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh dosen dan staf administrasi PPs UNJ,termasuk rekan-rekan mahasiswa.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Kepala SMK Negeri 1 Cilegon,Widodo,M.Pd.Seluruh jajaran Tata Usaha yang telah memberikan ijin serta restu kepada penulis untuk mengikuti studi program Magister Pendidikan Olahraga di PPs Universitas Negeri Jakarta.

Demikian pula penulis sampaikan terima kasih kepada yang terhormat rekan-rekan guru SMK Negeri 1 Cilegon,serta peserta ekstarakurikuler Bola voli yang telah membantu proses penelitian ini.

Terima kasih pula penulis sampaikan kepada Orang Tua dan Mertua serta seluruh Keluarga Kakak dan Adik yang telah banyak memberikan bantuan moril maupun material serta dukungan doa.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada istri tercinta Ummi Habibah,S.Pd serta anak-anakku yang tercinta Sayyidah Balqis Rosdiawan,Malik Sulaiman Rosdiawan dan Qotrunnada Rosdiawan yang dengan setia dan penuh kesabaran mendorong penulis untuk menyelesaikan tesis ini.Harapan penulis Tesis ini dapat memberi sumbangsih dalam pendidikan Indonesia.

Jakarta, Desember 2019

**UDR**







## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	i
ABSTRACT .....	ii
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian .....	8
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian .....	8
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK</b>	
A. Konsep Penelitian Tindakan .....	10
B. Konsep Model Tindakan .....	14
Model Kemmis dan Mc Taggart.....	14
C. Penelitian Yang Relevan .....	15
D. Kerangka Teoritik .....	16
1. Keterampilan Passing Bawah .....	16
2. Metode Bermain.....	27
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Tujuan Penelitian .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Metode Penelitian .....	30

D. Prosedur Penelitian Tindakan .....	33
E. Kriteria Keberhasilan Tindakan .....	34
F. Sumber Data .....	35
G. Teknik Pengumpulan Data .....	35
H. Kisi-kisi Instrumen .....	36
I. Validasi Instrumen dan Data .....	38
J. Teknik Analisis Data .....	38

#### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data hasil Penelitian .....	40
1. Deskripsi data awal proses latihan <i>passing</i> bawah bola voli .....	43
2. Deskripsi Siklus I .....	43
a) Tahap Perencanaan .....	43
b) Tahap Pelaksanaan Tindakan .....	43
a. Kegiatan Awal .....	44
b. Kegiatan Inti .....	45
c. Kegiatan Akhir/Penutup .....	45
c) Tahap observasi Siklus I .....	46
d) Hasil Tes dan Observasi Siklus I .....	46
e) Data Kualitatif Hasil Pengamatan Siklus I .....	49
f) Refleksi Tindakan Siklus I .....	51
3. Deskripsi Siklus II .....	
a) Tahap Perencanaan .....	52
b) Tahap Pelaksanaan Tindakan .....	53
a. Kegiatan Awal .....	53
b. Kegiatan Inti .....	54
c. Kegiatan Akhir/Penutup .....	54
c) Tes dan Observasi Siklus II .....	55
d) Hasil Tes dan Observasi Siklus II .....	55
e) Data Kualitatif Hasil Pengamatan Siklus II .....	58
f) Refleksi Tindakan Siklus II .....	59
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	60
1. Data Awal .....	60
2. Siklus I .....	61

3. Siklus II .....	62
C. Temuan Penelitian .....	64
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	65
B. Implikasi .....	65
C. Saran dan Rekomendasi .....	65
DAFTAR PUSTAKA .....	67
LAMPIRAN .....	72
RIWAYAT HDUP .....	135



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kemmis dan Mc.Taggart .....	14
Gambar 2.2	Sikap Lengan Saat Passing Bawah dengan Satu Tangan.....	22
Gambar 2.3	Sikap Lengan Saat Passing Bawah dengan Dua Tangan .....	22
Gambar 2.4	Sikap Jari-jari Tangan Saat Passing Bawah .....	23
Gambar 2.5	Tahapan Gerakan Passing Bawah Bola Voli.....	23
Gambar 2.6	Posisi Tangan dan Gerakan Kaki Passing Bawah Bola Voli.....	25
Gambar 3.1	Model Kemmis dan Mc Taggart.....	31
Gambar 4.1	Data Siklus 1.....	49
Gambar 4.2	Data Siklus II.....	58
Gambar 4.3	Perbandingan Ketuntasan Keterampilan Siklus I dan Siklus II.....	64

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian Persiapan Passing Bawah.....	36
Tabel 3.2 Skor Penilaian Keterampilan Passing Bawah.....	38
Tabel 4.1 Data awal keterampilan passing bawah bola voli .....	41
Tabel 4.2 Hasil observasi passing bawah bola voli siklus I .....	47
Tabel 4.3 Distribusi keterampilan passing bawah siklus I .....	48
Tabel 4.4 Hasil Ketuntasan Belajar passing bawah bola voli pada Siklus I .....	49
Tabel 4.5 Hasil observasi passing bawah siklus II .....	56
Tabel 4.6 Distribusi keterampilan passing bawah bola voli siklus II .....	57
Tabel 4.7 Hasil ketuntasan belajar passing bawah bola voli Pada siklus II .....	57
Tabel 4.8 Hasil perbandingan penilaian passing bawah .....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Tahapan Kegiatan Penelitian .....	72
Lampiran 2 Uji Coba Instrumen Keterampilan Passing Bawah .....	73
Lampiran 3 Instrumen Penelitian .....	81
Lampiran 4 Hasil Observasi Kegiatan Penelitian Siklus I dan Siklus II.....	83
Lampiran 5 Rencana Tindakan Siklus I dan Siklus II.....	97
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian .....	129
Lampiran 7 Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian .....	130
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	131
Daftar Riwayat Hidup .....	135

