

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS
BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SEKOLAH
MENENGAH ATAS NEGERI 1 BANTUL**

SKRIPSI

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



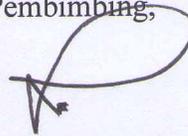
Oleh:
AGUNG RAHMAT DARMAWAN
NIM : 07601241035

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
AGUATUS 2012**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Metode Bermain Untuk Peningkatan Passing Atas Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul” ini telah disetujui oleh Pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 3 Juli 2012
Pembimbing,



Drs Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

PENGESAHAN

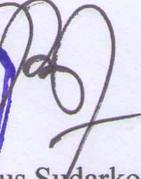
Skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan Passing Atas Bolavoli Peserta Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bantul” ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27 Juli 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Suhadi, M.Pd.	Ketua Penguji		10/8 ¹²
Soni Nopembri, M.Pd	Sekretaris Penguji		10/8 ¹²
Sri Mawarti, M.Pd	Penguji I		7/8 ¹²
Subagyo, M.Pd	Penguji II		7/8 ¹²

Yogyakarta, 7 Agustus 2012
Fakultas Ilmu Keolahragaan ·
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan




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

SURAT PERNYATAAN

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

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

Yogyakarta, 3 Juli 2012
Yang menyatakan,

Agung Rahmat Darmawan

MOTTO

- ❖ Kesempatan itu tidak datang dua kali, jadi ketika kamu mendapatkan kesempatan jangan pernah sekalipun kamu sia-siakan kesempatan itu.
- ❖ Dalam hidup harapan itu selalu ada, cuma bagaimana caranya agar kita dapat menjadikan harapan tersebut menjadi sebuah kenyataan.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk

Seseorang yang sudah tidak bisa dikatakan muda lagi tetapi masih mampu menjalani kerasnya hidup ini. Seseorang yang selalu melihatku dari sisi yang baik dan memberiku masukan positif dalam setiap langkah yang aku ambil. Seseorang yang tidak pernah menganggapku gagal meskipun aku tidak mendapatkan hasil yang maksimal. Seseorang yang selalu menutupi kekuranganku dengan kekuatan yang beliau miliki walau pun melebihi batas kemampuannya, yaitu ibu Murniati yang tercinta.

Mereka yang selalu memandangu hebat dalam keadaan apapun walau kadang orang lain tidak bisa menerimanya. Seseorang yang telah merelakan seluruh waktu dan tenaganya hanya untuk kepentinganku. Seseorang yang sangat mencintaiku dan menyayangiku melebihi apa pun, yaitu bapak Porwo Hadi Atmojo

**PENGATUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING
ATAS BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER SEKOLAH
MENENGAH ATAS N 1 BANTUL**

Oleh :
Agung Rahmat Darmawan
07601241035

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas, pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian semi eksperimen, dengan desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-posttest design*. Subyek penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMA Negeri 1 Bantul sebanyak 20 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan tes, dengan instrumen yang digunakan tes *passing* atas (*Kuatz volleyball passing test*). Teknik analisis data menggunakan analisis *uji t*, melalui uji prasyarat uji normalitas, dan uji homogenitas.

Hasil penelitian diperoleh t_{hitung} sebesar $-3,837$ dan nilai t_{tabel} sebesar $1,729$. Oleh karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas, pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul. Besarnya peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* atas, setelah diberikan latihan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul adalah sebesar $14,20\%$.

Kata kunci : metode, bermain, *passing* atas

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul “Metode Bermain Untuk Peningkatan Passing Atas Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul” dengan rahmat-Nya dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu sudah sepantasnya apabila pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta atas kesempatan yang diberikan untuk kuliah di FIK UNY.
2. Bapak Amat Komari, M.Si, selaku Ketua Jurusan Program Studi POR PJKR FIK UNY yang telah berkenan memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Suhadi, M.Pd. selaku dosen Pembimbing skripsi yang selalu memberikan waktu, nasihat, saran, serta motivasi.
4. Kepala Sekolah SMA N 1 Bantul, yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
5. Bapak dan Ibu Guru serta karyawan dan siswa-siswa di SMA N 1 Bantul, yang telah memberikan kerjasama dalam pengambilan data skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Saudara-saudara saya, yang selalu mendukung dan memberi motivasi dalam pembuatan skripsi.
8. Teman terbaik saya, Betut Sedra Wijaya.

9. Teman-teman PJKR 2007, dan rekan-rekan yang tidak memungkinkan disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam rangka penyelesaian skripsi ini.

Sangat disadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan masukan yang bersifat membangun sangat diharapkan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca yang budiman.

Yogyakarta, Juni 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Hakikat Passing Atas	8
B. Hakekat Metode Bermain	11
C. Permainan Bola Voli	13
D. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	13
E. Ekstrakurikuler	15
F. Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA N 1 Bantul	16
G. Karakteristik Siswa Menengah Atas (SMA)	17
H. Penelitian yang Relevan	18
I. Kerangka berfikir	18
J. Hepotesis Penelitian	20
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian.....	21
B. Definisi Operasional Variabel	21
C. Populasi Penelitian	22
D. Instrumen Data.....	22
E. Teknik Pengumpulan Data.....	24
F. Teknik Analisis Data.....	24
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Deskripsi Data Penelitian.....	27
1. Pre Test	27

2. Post Test	28
B. Uji Prasyarat	29
1. Uji Normalitas	30
2. Uji Homogenitas	31
C. Uji Hepotesis	31
D. Pembahasan.....	33
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	37
A. Kesimpulan	37
B. Implikasi.....	37
C. Keterbatasan Penelitian	38
D. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN.....	42

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data <i>Pre Test</i>	28
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data <i>Post Test</i>	29
Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	30
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas	31
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji-t	32
Tabel 6. Rangkuman Hasil Peningkatan Presentase.....	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Gerakan Passing Atas	10
Gambar 3.1. Kuatz Volleyball passing test	23

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Surat-surat Perijinan Penelitian	43
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes <i>kuatz volleyball passing test</i>	44
Lampiran 2. Data Hasil Penelitian Tes <i>kuatz volleyball passing test</i>	47
Lampiran 3. Frekuensi Data	48
Lampiran 4. Uji Normalitas	50
Lampiran 5. Uji Homogenitas	52
Lampiran 6. Uji-t	53
Program Latihan	54
Foto Penelitian	60

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Peraturan Permainan PBVSI (2002 : 7), bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dan permainannya adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan, dan mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat melakukan 3 pantulan untuk mengembalikan bola diluar perkenaan blok. Permainan bolavoli adalah melewatkan bola ke daerah lawan melalui atas net dan berusaha mematikan bola didaerah lawan, Yunus (1991:17). Keterampilan gerak dalam permainan bola voli sangat penting dibutuhkan. Keterampilan gerak merupakan kemauan yang dimiliki oleh siswa sebagai bekal menjalani kehidupan sehari-hari. Pembelajaran keterampilan gerak merupakan salah satu bagian dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Pendidikan merupakan proses perubahan perilaku yang belum tahu menjadi tahu. Pendidikan dapat diartikan suatu proses mempelajari suatu hal yang belum diketahui. Salah satu tempat untuk mendapatkan pendidikan adalah sekolah, mulai dari Taman Kanak-Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), hingga Perguruan Tinggi.

Bola voli merupakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah. Bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak dan orang

dewasa, baik wanita maupun pria. Di sekolah permainan bolavoli dijadikan suatu kegiatan belajar dan dapat dilakukan sebagai suatu kegiatan pendidikan yang dilaksanakan di waktu senggang, kini bolavoli tidak hanya sebagai rekreasi, namun sudah menjadi bagian dari olahraga pendidikan. Sebagai olahraga pendidikan selain sebagai sarana pencapaian tujuan pendidikan, hal yang utama adalah sebagai penunjang pembinaan dan pemeliharaan kesegaran jasmani, dan berperan dalam pembentukan kerjasama pada anak, serta pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat lainnya.

Dalam permainan bolavoli terdapat bermacam-macam jenis teknik dasar yang meliputi : *passing* bawah, *passing* atas, servis, *blok*, dan teknik *smash*. *Passing* merupakan teknik dasar bermain bola voli yang berfungsi memainkan bola dengan teman seregunya dalam lapangan permainan sendiri. Disamping itu juga, *passing* sangat berperan untuk mendukung penyerangan atau *smash*. Hal ini karena, *smash* dapat dilakukan dengan baik, jika didukung *passing* yang baik dan sempurna.

Passing bawah merupakan teknik dasar yang paling awal diajarkan bagi siswa atau pemain pemula. *Passing* atas merupakan suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain bolavoli dengan tujuan untuk mengarahkan bola yang dimainkan kesuatu tempat atau kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. *Servis* adalah tindakan memukul bola oleh seorang pemain belakang yang dilakukan dari daerah *servis*, untuk penyeberangan bola ke daerah lapangan

pemain lawan. Agar siswa mampu melakukan *passing* bawah, *passing* atas, dan *servis* dengan baik dan benar harus dilakukan pembelajaran yang sistematis dan terprogram.

Kegiatan kurikuler merupakan kegiatan pokok pendidikan yang di dalamnya terjadi proses belajar-mengajar antara peserta didik dan pendidik untuk mendalami materi-materi ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan tujuan pendidikan dan kemampuan yang hendak diperoleh peserta didik.. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan dalam rangka mengembangkan aspek-aspek tertentu dari apa yang ditemukan pada kurikulum yang sedang dijalankan.

Kegiatan ini dilaksanakan pada sore hari bagi sekolah-sekolah yang masuk pagi, dan dilaksanakan pada pagi hari bagi sekolah-sekolah yang masuk sore. Kegiatan ekstrakurikuler ini sering dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, salah satunya pelajaran olahraga yaitu permainan bola voli. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli memiliki kemampuan yang berbeda-beda, maka perlu disesuaikan dengan karakteristik siswa yang menyukai aktivitas permainan. Untuk mengembangkan bakat, minat, kemampuan dan keterampilan dalam upaya pembinaan pribadi siswa diperlukan waktu khusus yaitu dengan menyelenggarakan ekstrakurikuler.

Disamping itu kegiatan ekstrakurikuler permainan bola voli yang dilaksanakan pihak sekolah untuk meningkatkan kemampuan bermain siswa dan juga untuk mempersiapkan siswa mengikuti kejuaraan antar

SMA. Siswa SMA N 1 Bantul dalam mengikuti kejuaraan bolavoli belum berhasil karena belum memiliki prestasi yang membanggakan karena kurang pengalaman dan minimnya kemampuan teknik yang dimiliki siswa. Masalah lain yang belum teridentifikasi tingkat kemampuan *passing* atas bermain bolavoli siswa. Karena penilaian tingkat kemampuan *passing* atas itu sangat penting untuk mengetahui seberapa besar tingkat keterampilan bermain bola voli. Seorang guru harus mampu memilih metode latihan yang mudah dipelajari dan dipahami oleh siswa, salah satunya dengan menggunakan metode dalam bentuk bermain. Metode bermain bola voli yang dimodifikasi dengan peraturan belum diterapkan di SMA N 1 Bantul untuk meningkatkan *passing* atas. Bentuk bermain bola voli yang dimodifikasi dengan peraturan akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas permainan bolavoli yaitu permainan sederhana dengan menggunakan *passing* atas. Metode bermain yang digunakan dalam kegiatan ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul masih kurang bervariasi.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti ingin meneliti pengaruh metode bermain terhadap peningkatan *passing* atas bola voli peserta ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran bola voli di sekolah, antara lain sebagai berikut:

1. Metode melatih yang digunakan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 1 Bantul masih kurang bervariasi
2. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini SMA N 1 Bantul belum memiliki prestasi yang membanggakan dikarenakan kurangnya pengalaman bertanding dan minimnya kemampuan teknik yang dimiliki siswa.
3. Metode bermain belum diterapkan di SMA N 1 Bantul untuk peningkatan *passing* atas.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian dapat lebih fokus, maka tidak semua masalah yang disebutkan dalam identifikasi masalah dapat diteliti. Penelitian dibatasi pada pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas bola voli peserta ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah diatas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: "Adakah pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas bola voli peserta ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul.?"

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui, ada tidaknya pengaruh peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* atas permainan bola voli jika diberikan pada bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul:

1. Manfaat teoritik :

- a. Dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti tentang karya ilmiah untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.
- b. Landasan teori bagi yang ingin mengukur kemampuan teknik dasar *passing* atas permainan bolavoli.
- c. Hasil perhitungan validitas dan reliabilitas dapat sebagai patokan bagi yang mengukur kemampuan teknik dasar *passing* atas permainan bolavoli tingkat SMA.

2. Manfaat praktis :

- a. Dapat dimanfaatkan sebagai landasan modifikasi bentuk pengukuran kemampuan bolavoli siswa SMA.

- b. Memberikan sumbangan informasi yang berguna bagi pelatih untuk mengembangkan metode-metode melatih yang bervariasi.
- c. Sebagai bahan pertimbangan apabila diadakan bentuk penelitian yang sama.
- d. Dapat dijadikan masukan dan evaluasi bagi guru dan pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Bantul terhadap proses pembelajaran dan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Hakikat Teknik Passing Atas

Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien (Muhajir, 2003:19). Begitu pula di dalam permainan bola voli bahwa teknik adalah cara memainkan bola dengan efisien yang sesuai dengan peraturan bola voli yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal. Dalam suatu cabang olahraga teknik dasar merupakan hal yang penting, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik. Keberhasilan dalam melakukan teknik dasar akan menentukan pula keberhasilan dalam melakukan suatu cabang olahraga.

Passing artinya mengumpan atau mengoper (Januariz blog, 2010). Teknik ini adalah teknik dasar yang cukup sulit dan sangat sering dipergunakan dalam cabang permainan bola voli. Pendidikan jasmani, penguasaan gerakan *passing* baik *passing* atas dan bawah, harus dimiliki oleh setiap peserta karena hal ini akan menentukan cara bermain siswa dalam olahraga bola voli karena penerimaan *passing* yang baik adalah awal dari keberhasilan *smash*.

Suharno (1981:52) menyatakan yang dimaksud *passing* dalam permainan bola voli adalah usaha ataupun upaya seorang pemain voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya di lapangan sendiri.

Dengan adanya passing atas yang baik maka akan dapat membuat serangan yang baik pula ke daerah lawan sehingga dapat menghasilkan poin. Dalam suatu permainan bukanlah hal yang paling utama. Akan tetapi apabila siswa mampu mendapatkan poin dalam permainan bola voli hal itu membuktikan bahwa siswa bergerak secara optimal maka dapat diartikan bahwa penyampain materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani telah berhasil.

Suharno (1981:52) menjelaskan tentang tahapan *passing* atas yaitu sikap permulaan, sikap saat perkenaan bola, sikap akhir.

a. Sikap permulaan

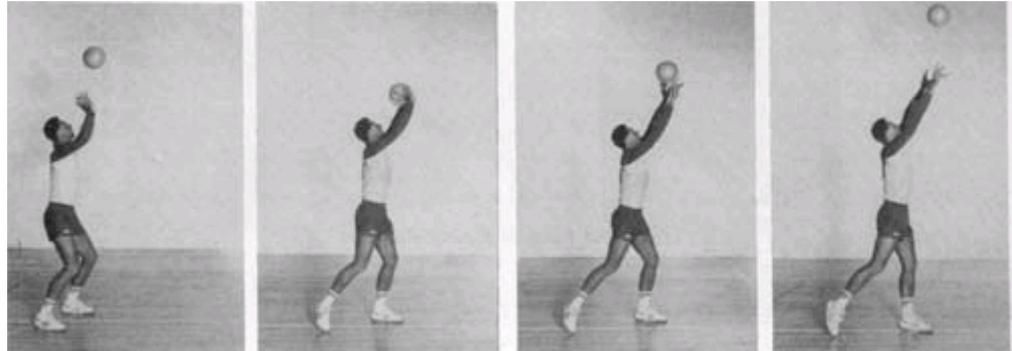
Pemain mengambil sikap siap normal. Dalam bermain bola volley sikap siap ini adalah mengambil sikap tubuh sedemikian rupa sehingga memudahkan untuk secepatnya bergerak ke arah yang diinginkan. Secara keseluruhan tubuh harus dalam keadaan setimbang yang labil. Setimbang maksudnya agar koordinasi daripada tubuh tetap dapat dikuasai dan labil maksudnya agar tubuh itu dapat digerakan ke berbagai arah yang dikehendaki dalam waktu singkat. Adapun sikap siap itu adalah sebagai berikut : pemain berdiri dengan salah satu kaki berada di depan kaki yang lain. Dianjurkan bila tidak kidal kaki kiri berada lebih ke depan dari kaki kanan. Lutut ditekuk, badan agak condong sedikit ke depan dengan tangan siap berada di depan dada. Pada saat melakukan passing, maka segeralah menempatkan diri di bawah bola, dan tangan diangkat ke atas depan kira-kira setinggi dahi. Jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk suatu setengah bulatan. Jari-jari diregangkan sedikit satu dengan yang lain dan kedua ibu jari membentuk satu sudut.

b. Sikap saat perkenaan bola

Perkenaan bola pada jari adalalah di ruas pertama dan kedua terutama ruas pertama dari ibu jari. Pada saat jari disentukan pada saat itu juga diikuti gerakan pergelangan, lengan ke arah depan atas agak eksplosif.

c. Sikap akhir

Setelah bola berhasil di *pass* maka lengan harus lurus sebagai suatu gerakan lanjutan diikuti dengan badan dan langkah kaki ke depan agar koordinasi tetap terjaga dengan baik. Gerakan tangan, pergelangan, lengan dan kaki harus merupakan suatu gerakan yang harmonis, sedangkan pandangan ke arah jalannya bola.



Gambar 2.1 gerakan *passing* atas

Sumber : <http://goeroendesofiles.wordpress.com/2009/08>

Menurut Durrwacher (1986:12) *passing* atas merupakan unsur terpenting dalam permainan bola voli. Sebelum anak didik mampu melakukan proses gerak yang rumit, perlu perincian yang harus diperhatikan yaitu :

1. Bentuk dasar gerak

- a. Siap menunggu bola datang. Lutut agak ditekuk, sikap kaki seperti hendak melangkah dengan posisi selebarbahu, lengan bawah mendatar.
- b. Cepat menyongsong bola pada posisi tepat (di bawah dan agak di belakang arah gerak bola). Tangan terangkat dengan siku sikap yang wajar dan dengan jarak yang 'enak'. Kaki kembali pada posisi melangkah, agak melebar. Tubuh bertumpu pada kedua kaki secara merata.
- c. Sebelum menyentuh bola, posisi agak berjongkok. Gerakan tangan menyongsong bola berlangsung serentak dengan tekukan lutut.
- d. Tungkai diluruskan pada saat menentukan. Tungkai diluruskan dengan cepat, begitu pula lengan untuk menyongsong bola.
- e. Bola dipantulkan tanpa dipegang. Jari-jari tangan menyentuh bola, sedikit di atas kepala.
- f. Gerakan longgar mengikuti bola. Tungkai, tubuh dan lengan terentang mengikuti arah bola yang sudah dipantulkan. Tangan dan jari tidak boleh kaku.

2. Sikap tangan dan jari

Kedua tangan terangkat seakan-akan hendak menangkap bola. Tapi apabila dalam menangkap kecepatan bola ditahan dengan jalan menarik tangan sedikit ke bawah lalu kemudian bola dilempar lagi dengan cara mendorong tangan ke atas, pada *passing* atas kedua proses ini berburai dalam suatu gerakan tunggal yang sangat cepat. Tetapi bola tidak boleh ditepuk dengan kereas, sehingga memantul seperti apabila mengenai dinding tembok. Karena itu di samping pengaturan sikap jari dan tangan yang baik, otot sebelumnya juga sudah menegang, sehingga bola bisa terpantul kembali dengan elastis.

Pembebanan yang terjadi pada jari pada saat menyentuh bola mengalami tambahan oleh gerak rentangan seluruh tubuh yang arahnya berlawanan dengan arah gerak bola yang datang. Gerak tubuh merentang itu, sebelum bola tersentuh sudah mendorong tangan dengan arah yang tepat serta bertenaga ke arah *passing* yang hendak dilakukan. Gerak rentangan itu menyebabkan tepatnya dan jauhnya *passing* atas.

- a. Tangan ditekuk ke belakang dan sedikit ke sebelah dalam. Punggung tangan dan lengan bahwa harus membentuk sudut hampir 90°. Ujung jari-jari kedua tangna saling dihadapkan, tetapi tanpa menyebabkan siku kedua lengan terpisah terlalu jauh.
- b. Jari dan telapak tangan membuat bentuk mangkok. Jari tangan terbuka secara wajar dan agak dibengkokkan. Jempol ditarik ke belakang, sehingga terletak sebidang dengan jari-jari lain. Posisi jempol yang biasa, yaitu berhadapan dengan telunjuk, tidak baik pada saat hendak melakukan *passing* atas. Telapak tangan tidak boleh menyentuh bola.

B. Hakikat Bermain

Metode berasal dari Bahasa Yunani “Methodos” yang berarti cara atau jalan yang ditempuh. Sehubungan dengan upaya ilmiah, maka metode menyangkut masalah cara kerja untuk dapat memahami objek yang menjadi sasaran ilmu yang bersangkutan. Fungsi metode berarti sebagai alat untuk mencapai tujuan.

Menurut Yudha M. Saputra (2001: 6) dalam Resha Rafsanjani Prihawan (2009: 24) bermain adalah kegiatan yang menyenangkan, dan melalui aspek fisik, mental-emosional. Begitu juga menurut Sukintaka (1992: 76) bermain merupakan suatu bentuk kegiatan yang sangat disenangi oleh anak. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih melatih. Bermain dapat dilakukan siapa saja dan kapanpun, menurut Sukintaka (1992: 1) bermain telah menjadi kenyataan merupakan gejala yang menyebar luas dalam macam-macam kalangan masyarakat. Baik golongan anak-anak, remaja, orang

dewasa, laki-laki maupun perempuan. Jadi bermain itu tidak terbatas oleh umur dan status sosialnya. Pada anak SMA, rasa senang akibat bermain merupakan modal utama untuk menimbulkan situasi yang menyenangkan dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler.

Menurut Mochamad Moeslim dalam Resha Rafsajani Prihawan (2009: 24) bermain merupakan unsur paling penting dalam kehidupan anak-anak setiap harinya. Anak akan merasa senang karena dapat bermain, adanya hasrat dan keinginan untuk bergerak menyebabkan anak merasa sedih apabila tidak bisa bergerak. Dalam lingkungan jam pelajaran sekolah ataupun lingkungan di luar jam sekolah (ekstrakurikuler) anak-anak akan tetap bermain, karena di sana banyak teman-teman yang sebaya dan memungkinkan untuk mereka bermain kelompok, karena aktifitas bermain dapat dikelompokkan berdasarkan jumlah pemain. Dengan demikian dapat disimpulkan metode bermain untuk passing atas bola voli adalah suatu pendekatan yang terancang dan berstruktur kepada murid dalam bentuk kegiatan yang menyenangkan.

Jadi bermain itu tidak hanya melibatkan satu orang saja tetapi sekelompok orang yang mempunyai satu tujuan yang sama, terutama pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bantul, misalnya ekstrakurikuler bolavoli. Ekstrakurikuler bolavoli merupakan cabang olahraga beregu yang memiliki karakteristik permainan. Bolavoli mengandung unsur-unsur yang ada di dalamnya, untuk bisa bermain bolavoli diharuskan dapat menguasai teknik-teknik dasar bermain bolavoli seperti teknik dasar passing

atas dan passing bawah dalam M. Maryanto, Sunardi, Agus Margono, (1994: 82)

C. Permainan Bola voli

Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Margon pada tahun 1895, di kota Holyoke, dia seorang guru pendidikan jasmani pada Young Men Christian Association (YMCA). Pembelajaran bola voli disamping dapat meningkatkan pengetahuan siswa juga dapat meningkatkan keterampilan. Permainan bola voli sendiri merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar. Bola voli adalah permainan diatas lapangan persegi empat yang lebarnya 900 cm dan panjangnya 1800 cm, dibatasi oleh garis-garis selebar 5 cm. Ditengah-tengahnya d pasang jaring pada lebarnya 900 cm, terbentang kuat dan mendaki sampai pada ketinggian 243 cm dari bawah (khusus anak laki-laki) dan untuk anak perempuan kurang lebih 224 cm (Bonnie Robinson, 1997:12).

D. Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik antara lain : *servis, passing, smash* dan *block*

1). *Servis*

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan, (Nuril Ahmadi, 2007:20). Servis merupakan permulaan untuk memulai suatu permainan

yang dilakukan dari daerah servis dibelakang lapangan. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa servis merupakan tindakan memukul bola yang dilakukan dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) dengan syarat melampaui rintangan atau jaring net ke daerah lawan.

2). *Passing*

Passing adalah upaya seseorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi 2007:22). Prinsip dasar bermain bolavoli yaitu upaya seseorang pemain bolavoli memainkan bola dengan tujuan diumpan dengan teman seregunya atau dimainkan di lapangan permainan sendiri. M. Yunus (1992: 79) menyatakan, passing adalah mengoper bola pada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

a. *Passing* atas

Passing atas adalah menyajikan bola atau membagikan bola (mengoper bola) dengan menggunakan jari-jari tangan, baik kepada kawan maupun langsung ditujukan kepada lawan melalui atas jarring. (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992-1993: 190).

b. *Passing* bawah

Passing bawah adalah mengambil bola yang berada dibawah badan atau bola dari bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari sikut sampai pergelangan tangan yang dirapatkan), baik untuk dioperkan ke kawan, maupun langsung ke

lapangan lawan melalui di atas jaring (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992-1993: 189).

3). *Smash*

Smash adalah suatu pukulan yang dilakukan dengan keras dan tajam dengan jalannya bola menghujam ke lapangan lawan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992-1993: 191). Menurut Pranatahadi (2007: 31) smash adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melawati atas jarring dan mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikan.

4). *Block*

Block adalah tindakan dalam usaha untuk menahan serangan lawan pada saat bola tepat melewati atas jaring, dengan menggunakan satu atau kedua tangan yang dilakukan oleh seseorang pemain atau dua orang atau tiga orang pemain secara bersama-sama dari pihak yang mempertahankan, (Aip Syarifudin dan Muhadi 1992-1923:193).

E. Ekstakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan belajar yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan, peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran. Yang bertujuan meningkatkan dan memantapkan

pengetahuan siswa, mengembangkan bakat, minat, kemampuan dan keterampilan dalam upaya pembinaan pribadi.

F. Ekstrakurikuler Bolavoli Di SMA N 1 Bantul

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

Rumusan tentang pengertian ekstrakurikuler juga terdapat dalam SK Drijen Nomor 226/C?Kep 1992 dalam Tri Ani Hastuti (2008: 64) yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan bakat siswa dalam bidang tertentu. Selain itu juga akan membantu siswa untuk lebih memahami mengenai suatu hal yang tidak dapat dimengerti pada saat jam sekolah.

Ekstrakurikuler yang dilaksanakan 3 kali dalam seminggu yaitu hari Selasa dan Jum'at. Yang diikuti siswa kelas X dan XI berjumlah 20 siswa laki-laki. Pembelajaran ekstrakurikuler dilaksanakan pada jam 15.00 – 17.00, yang dibina oleh peneliti dan guru penjas SMA Negeri 1 Bantul.

G. Karakteristik Siswa Menengah Atas (SMA)

Berdasarkan periodisasi perkembangan manusia di atas, siswa SMA yang rata-rata berada pada usia antara 15-19 tahun berada pada masa remaja madya (*middle adolescence*). Hurlock (1980:10), membuat tugas perkembangan masa remaja yakni:

Dari segi sosial :

1. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
2. Mencapai peran sosial pria maupun wanita.
3. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
4. Memperoleh perangkat nilai dan system etis sebagai pegangan untuk berperilaku-mengembangkan ideologi.

Dari segi mental :

1. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
2. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
3. Mempersiapkan karir ekonomi.
4. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.

Besarnya minat remaja terhadap pendidikan sangat dipengaruhi oleh minat mereka pada pekerjaan (Hurlock, 1980: 220), hal ini berarti minat siswa SMA terhadap pendidikan akan dipengaruhi oleh minat terhadap pekerjaan. Kalau siswa SMA mengharapkan pekerjaan yang menuntut pendidikan tinggi, maka pendidikan akan dianggap sebagai batu loncatan. Biasanya siswa SMA

lebih menaruh minat pada pelajaran-pelajaran yang nantinya akan berguna dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya.

H. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan Wisma Nugraheni (2009), judul "Peningkatan Teknik Dasar Passing Permainan Bolavoli dengan Bentuk Bermain pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP Negeri 14 Yogyakarta". Terdapat peningkatan yang signifikan teknik dasar passing permainan bolavoli dengan pemberian bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 14 Yogyakarta. Peningkatan teknik passing atas sebesar 31,19% dan peningkatan teknik passing bawah 53,96%.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Bani Tri Umboro (2009), judul "Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul". Hasil Penelitian dari sebanyak 54 siswa putra kelas XI SMA N 1 Pundong Bantul yang memiliki keterampilan bermain bola voli dikategorikan "sangat baik" 5 siswa (9,20 %), "baik" 9 siswa (16,67%), "cukup baik" 19 siswa (35,19%), "kurang baik" 20 siswa (37,04%), "sangat kurang baik" 1 siswa (1,85%). Secara keseluruhan tingkat keterampilan bermain bola voli siswa putra kelas XI di SMA N 1 Pundong Bantul dalam kategori baik.

I. Kerangka Berpikir

Bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak dan orang dewasa. Olahraga permainan bolavoli dapat dilakukan oleh semua

kalangan khususnya baik dimainkan oleh siswa sekolah menengah atas. Permainan bolavoli merupakan materi pokok yang tercantum dalam kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah menengah atas. Sesuai dengan karakteristik siswa sekolah menengah atas yang masih menyukai bermain atau jenis permainan, maka dari itu untuk meningkatkan teknik dasar permainan bolavoli pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di sekolah menengah atas diberikan bentuk bermain.

Berdasarkan kajian teoritik di atas, bahwa untuk dapat bermain bola voli yang baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan dalam bermain bola voli, khususnya keterampilan dasar. Hal ini dikarenakan teknik dasar merupakan faktor yang sangat penting untuk meningkatkan keterampilan gerak. Selain itu penguasaan teknik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam pertandingan disamping unsur fisik, mental dan taktik.

Teknik dasar *passing* atas bola voli merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli. Latihan teknik dasar *passing* atas bola voli dengan bentuk bermain mempunyai maksud untuk membiasakan siswa semakin lama semakin benar karena sering melakukan, merasakan dan dilatih dimana perkenaan gerakan yang benar. Pembelajaran bolavoli dengan bentuk bermain dimaksudkan untuk merangsang siswa melakukan gerakan *passing* atas secara senang.

Untuk mengetahui perbedaan subyek yang diberikan perlakuan dalam bentuk bermain maka perlu adanya evaluasi dengan cara melakukan

pengukuran dengan menggunakan *Kuatz volleyball passing test* yang dimodifikasi.

J. Hipotesis Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto "Hipotesis penelitian dapat diartikan sebagai jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul" (2002 : 64). Untuk menerima atau menolak hipotesis, dengan cara membandingkan harga t_{hitung} dengan harga t_{tabel} pada taraf signifikan 0,05. Kriterianya, hipotesis ditolak apabila nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} > t_{tabel}$) atau jatuh pada penerimaan H_a , maka H_0 ditolak dan H_a diterima Berdasarkan rumusan masalah di atas maka hipotesis alternatif yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : "Adanya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas bola voli peserta ekstrakurikuler SMA N 1 Bantul.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu. Dalam hal ini yang akan diteliti adalah Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Atas Permainan Bola Voli dengan Metode Bermain pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk *One Group Pretest and Posttest Design*, yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembandingan (Suharsimi, 2005: 212).

Dalam penelitian ini tes dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah *treatment*. Perbedaan antara *pretest* dan *posttest* ini diasumsikan merupakan *efek* dari *treatment* atau eksperimen. Sehingga hasil dari perlakuan diharapkan dapat diketahui lebih akurat, karena terdapat perbandingan antara keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk bermain.

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional menurut Sumadi Suryabrata (1997:76) adalah "definisi yang didasarkan atas sifat-sifat yang dapat dinikmati". Penelitian ini bermaksud untuk memperoleh data yang nyata tentang Metode

Bermain untuk Peningkatan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bantul.

Dalam penelitian ini terdapat satu variabel yaitu passing yang terdiri dari passing atas. Definisi operasional masing-masing variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Passing atas adalah operan dengan menggunakan jari-jari tangan atau operan *overhead* atau *set up*

C. Populasi Penelitian

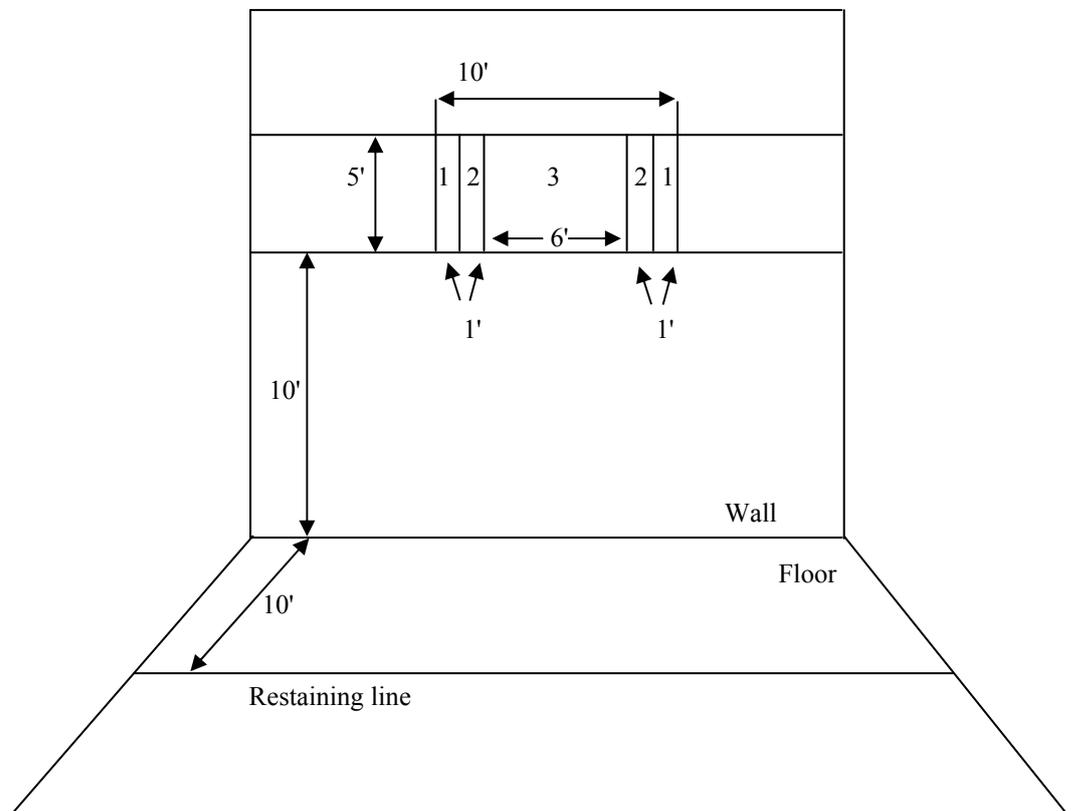
Populasi adalah keseluruhan subjek peneliti, sedangkan sampel sebagian atau wakil populasi yang diteliti, (Suharsimi Arikunto, 2002: 108). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Bantul, berjumlah 20 siswa laki-laki.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini adalah *Kuatz volleyball passing test* yang sudah dimodifikasi (D. Ray Collins. 2001: 297).

Kuatz volleyball passing test adalah setiap bola memantul dari tembok, lalu dipasing atas syah sesuai dengan peraturan permainan, dan bola tersebut masuk ke dalam daerah sasaran selama 30 detik. *Kuatz volleyball passing test* yaitu untuk mengevaluasi kekuatan lengan dan mengukur ketepatan *passing* atas permainan bola voli. Latihan/ujian

dimulai dengan tes melempar bola tepat ke dinding dan pasing bola masuk dalam area target di tembok secara berulang-ulang, 30 detik dilakukan empat percobaan dengan istirahat satu menit. Hanya bola yang tepat saja yang dihitung. Jika pada tahap percobaan bola keluar dari kontrol, test harus diulang dengan melempar bola lagi ke dinding.



Ket: 1 feet = 0,305 m

Gambar 3.1 *Kuatz volleyball passing test*

Sumber : (D. Ray Collins. 2001: 297).

E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan tes. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Kuatz volleyball passing test*, teknik atau cara pengambilan data penelitian dilakukan pada saat *pre test* dan *post tes*. Ekstrakurikuler yang dilaksanakan 3 kali dalam seminggu, hari senin, rabu dan jum'at, jam 15.00 sampai 17.00.

F. Teknik Analisis Data

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

1. Uji prasyarat Analisis

a. Uji normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variable yang akan dianalisis yang akan diolah. Uji normalitas akan dilakukan menggunakan rumus Kai Kuadrat dengan program SPSS 12. Data yang dikatakan berdistribusi normal apabila nilai Kai Kuadrat hitung (X^2_{hitung}) lebih kecil daripada nilai Kai Kuadrat table (X^2_{tabel}) pada taraf signifikansi $\alpha=0,05$.

b. Uji Homogenitas

Disamping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan uji F dari data *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan bantuan program SPSS 12.

2. Pengujian Hipotesis

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

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

Dengan keterangan :

t = harga t untuk sampel berkolerasi

D = (difference), perbedaan antara skor tes awal dengan akhir untuk setiap individu

D = rerata dari nilai perbedaan (rerata dari D)

D² = kuadrat dari D

N = banyaknya subjek penelitian

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

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

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

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data hasil tes *passing* atas bola voli, yang diperoleh dari subyek penelitian yang berjumlah 20 responden baik saat *pre test* maupun *post test*. Deskripsi data akan menampilkan nilai mean, standar deviasi, nilai maksimum, nilai minimum, median dan modus. Hasil penelitian juga ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan gambar histogramnya. Hasil analisis deskriptif data penelitian dapat disajikan sebagai berikut:

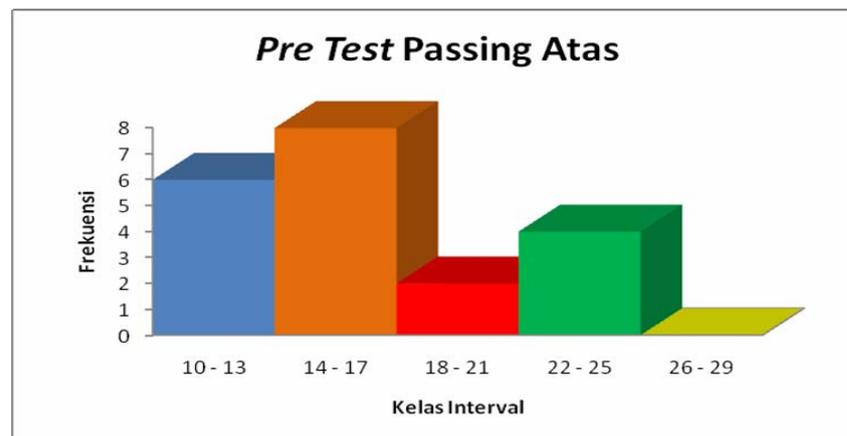
1. Data Pre Test

Deskripsi data *pre test* didasarkan pada data yang diperoleh dari hasil tes pengukuran pada saat *pre test* atau sebelum diberikan perlakuan. Hasil analisis deskriptif data *pre test* merupakan data hasil tes *passing* atas bolavoli responden sebelum dikenakan perlakuan latihan dengan metode bermain. Analisis deskriptif memperoleh nilai maksimum sebesar 25,00 nilai minimum 10,00 mean 16,55, median 16,00, modus 13,00 dan nilai standar deviasi sebesar 4,38. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi menurut. Menurut Sudjana, (2002: 47) dengan urutan mencari banyaknya kelas interval $= 1 + 3,3 \log N = 1 + 3,3 \log 20 = 5$, rentang = nilai maksimum – nilai minimum $= 25 - 10 = 15$, panjang kelas = rentang / banyak kelas interval $= 15/5 = 3$.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data *Pre Test*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif	Frekuensi Komulatif
1	10 - 13	6	30,00%	6
2	14 - 17	8	40,00%	14
3	18 - 21	2	10,00%	16
4	22 - 25	4	20,00%	20
5	26 - 29	0	0,00%	20
Jumlah		20	100,00%	

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak pada gambar histogram dibawah ini:



Gambar 4.1. Histogram Data *Pre Test*

2. *Data Post Test*

Deskripsi data *post test* didasarkan pada data yang diperoleh dari hasil tes pengukuran pada saat *post test* atau setelah diberikan perlakuan.

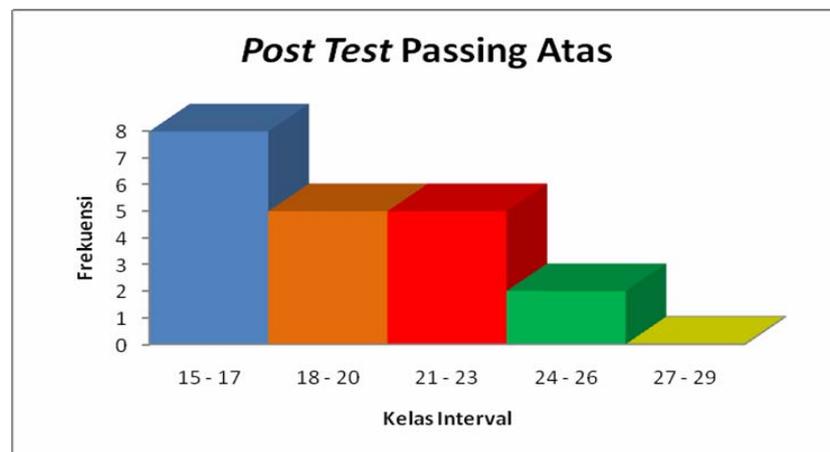
Hasil analisis deskriptif data *post test* merupakan data hasil tes *passing* atas bolavoli responden setelah dikenakan perlakuan latihan dengan permainan lompat tali. Analisis deskriptif memperoleh nilai maksimum sebesar 26,00, minimum 15,00, mean 18,90, median 18,00, modus 19,00 dan standar deviasi sebesar 3,55. Selanjutnya data disajikan

dalam distribusi frekuensi (Sudjana, 2002: 47) dengan urutan mencari banyaknya kelas = $1 + 3,3 \log N = 1 + 3,3 \log 20 = 5$, rentang = nilai maksimum – nilai minimum = $26 - 15 = 11$, panjang kelas = rentang / banyak kelas interval = $11/5 = 2,2 = 2$.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Data *Post Test*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif	Frekuensi Komulatif
1	15 - 17	8	40,00%	8
2	18 - 20	5	25,00%	13
3	21 - 23	5	25,00%	18
4	24 - 26	2	10,00%	20
5	27 - 29	0	0,00%	20
Jumlah		20	100,00%	

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, maka tampak seperti gambar histogram di bawah ini.



Gambar 4.2 Histogram Data *Post Test*

B. Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis data, akan dilakukan uji prasyarat analisis data yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Uji prasyarat

dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dapat dianalisis dengan statistik parametrik atau tidak. Apabila memenuhi persyaratan, maka analisis statistik parametrik dapat dilakukan, namun jika tidak memenuhi persyaratan maka analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik. Hasil uji prasyarat analisis disajikan berikut ini:

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Chi Square* (χ^2). Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa sampel berasal dari populasi berdistribusi normal. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga χ^2_{hitung} dengan χ^2_{tabel} pada taraf signifikan 0,05. Kriterianya, menerima hipotesis apabila χ^2_{hitung} lebih kecil dari χ^2_{tabel} ($\chi^2_{hitung} < \chi^2_{tabel}$).

Hasil uji normalitas untuk masing-masing data penelitian dapat adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

Variabel	χ^2_{hitung}	Df	χ^2_{tabel}	Keterangan
<i>Pre Test</i>	4,700	12	21,026	Normal
<i>Post Test</i>	8,600	10	18,307	Normal

Dari tabel diatas harga χ^2_{hitung} dari variabel hasil tes *passing* atas bolavoli saat *pre test* sebesar 4,700 dan *post test* 8,600, sedangkan nilai χ^2_{tabel} dengan derajat kebebasan 12 pada taraf signifikan 0,05 diperoleh 21,026 dan χ^2_{tabel} dengan derajat kebebasan 10 pada taraf signifikan 0,05 diperoleh 18,307. Karena harga χ^2_{hitung} dari kedua variabel semuanya lebih kecil dari χ^2_{tabel} maka hipotesis yang menyatakan sampel

berdasarkan dari populasi yang berdistribusi normal diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa semua variabel penelitian berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variansi, atau untuk menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas menggunakan Uji F. Dalam uji ini akan menguji hipotesis varians berasal dari populasi yang homogen. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga F hitung dengan harga F tabel pada taraf signifikan 0,05. Kriterianya, menerima hipotesis apabila nilai F hitung lebih kecil dari F tabel $F_{hitung} < F_{tabel}$. Hasil uji homogenitas adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas

Variabel	F_{hitung}	$F_{(0,05)(20,20)}$	Keterangan
<i>Pre test - Post test</i>	1,522	2,12	Homogen

Hasil uji homogenitas variabel penelitian diketahui nilai F hitung sebesar 1,522 dan F tabel sebesar 2,12. Ternyata harga F hitung lebih kecil dari F tabel ($F_{hitung} < F_{tabel}$), sehingga hipotesis diterima. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memiliki varians yang homogen.

C. Uji Hipotesis

Pada uji prasyarat diperoleh hasil bahwa distribusi data semuanya normal, dan varians populasinya homogen, sehingga analisis data selanjutnya adalah dengan statistik parametrik. Untuk mengetahui peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* atas permainan bola voli jika diberikan pada

bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul, maka analisis data dilakukan dengan uji-t pada *pre test* dan *post test*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis tidak terdapat perbedaan hasil tes *passing* atas bolavoli dari antara *pre test* dan *post test*. Untuk menerima atau menolak hipotesis, dengan cara membandingkan harga t_{hitung} dengan harga t_{tabel} pada taraf signifikan 0,05. Kriterianya, hipotesis ditolak apabila nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} > t_{tabel}$) atau jatuh pada penerimaan H_a , maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil uji-t selengkapnya dapat dilihat pada lampiran, dan berikut lampiran uji-t yang dapat ditunjukkan.

Tabel 4.5. Rangkuman Hasil Uji-t

Kelompok	Rata-rata	t_{hitung}	$t_{(0,05)(19)}$	Kesimpulan
<i>Pre test</i>	16,55	-3,837	1,729	Signifikan
<i>Post test</i>	18,90			

Hasil uji-t diperoleh nilai t_{hitung} sebesar sebesar -3,837 dan nilai t_{tabel} sebesar 1,729. Oleh karena nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} > t_{tabel}$), atau jatuh pada daerah permintaan H_a , maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan hasil tes *passing* atas bolavoli pada saat *pre test* dan saat *post test*.

Hasil uji t telah diketahui, bahwa terdapat perbedaan yang signifikan hasil tes *passing* atas bolavoli antara saat *pre test* dan *post test*. Hal ini mempunyai arti bahwa terdapat peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* atas permainan bolavoli dengan bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul. Berikut peningkatan persentase teknik

dasar *passing* atas bolavoli setelah latihan dengan bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul yang diperoleh:

Tabel 4.6. Rangkuman Hasil Peningkatan Persentase

Variable	Mean	Mean deferent	Peningkatan persentase
<i>Pre test</i>	16,55	2,35	14,20%
<i>Post test</i>	18,90		

$$\begin{aligned}
 \text{Prosentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean pretest}} \times 100\% \\
 &= \frac{2,35}{16,55} \times 100\% \\
 &= 14,20\%
 \end{aligned}$$

Dari tabel di atas, diketahui selisih rerata *pre test* dengan *post test* pada sebesar 2,35. Ini berarti bahwa peningkatan rerata hasil tes *passing* atas bolavoli setelah latihan dengan bentuk bermain di SMA Negeri 1 Bantul sebesar 2,35 atau sebesar 14,20% dari sebelum latihan.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas, jika diberikan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstakurikuler di SMA N 1 Bantul. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan nilai t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} ($t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$) terdapat perbedaan yang signifikan hasil tes *passing* atas bolavoli antara saat *pre test* dan *post test*, yang berarti bahwa adanya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing*

atas setelah diberikan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul.

Teknik dasar *passing* atas bolavoli merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli. Dalam melakukan teknik *passing* atas bolavoli, hal terpenting adalah keakuratan yang dapat dicapai oleh siswa karena tujuan dari *passing* atas adalah untuk memberi umpan kepada teman ataupun mengecoh lawan dengan menempatkan bola di posisi yang kosong. Latihan teknik dasar *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain mempunyai maksud untuk membiasakan siswa melakukan gerakan teknik *passing* atas, sehingga secara tidak langsung gerakan siswa semakin lama semakin benar karena sering melakukan dan merasakan dimana perkenaan gerakan teknik dasar *passing* atas yang benar. Ketepatan *passing* atas yang dicapai juga dipengaruhi oleh kekuatan otot seseorang, sehingga dengan latihan bentuk bermain ini diharapkan mampu merangsang kekuatan otot siswa agar semakin meningkat, sehingga dalam melakukan teknik dasar *passing* atas pemain mampu mengontrol kekuatan otot lengannya dan memperkirakan bola itu tepat pada sasaran baik ketika memberikan umpan kepada teman ataupun menempatkan bola di lapangan lawan yang kosong.

Pembelajaran bolaboli dengan bentuk bermain ini dimaksudkan untuk merangsang siswa melakukan gerakan teknik *passing* atas secara gembira. Hal ini dikarenakan pada anak usia SMA, meskipun sudah beranjak dewasa, namun masih punya sisi anak-anak yang mempunyai karakteristik gemar bermain. Hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa dengan metode

bermain mampu meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bantul. Pembelajaran tes *passing* atas bolavoli ini memberikan wahana bagi pembentukan ketrampilan gerak dasar, khususnya gerak dasar teknik *passing* atas pada permainan bolavoli. Para siswa biasanya terangsang untuk mencobanya dengan cara bermain dalam suasana yang menggembirakan. Sepanjang menyangkut teknik dasar *passing* atas bolavoli, bentuk pembelajarannya ada bermacam-macam, yang tujuan gerak ini memberikan pengalaman dan membiasakan *passing* atas. Pembelajaran teknik *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain ternyata mampu meningkatkan hasil tes *passing* atas bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Bantul, yaitu sebesar 14,20% dari sebelumnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul yaitu sebesar 14,20%. Hal ini menunjukkan bahwa metode bermain mempunyai efektivitas yang cukup besar terhadap hasil latihan teknik dasar *passing* atas bolavoli. Memperhatikan besarnya peningkatan persentase tersebut, dapat disimpulkan bahwa latihan teknik dasar *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain mempunyai peningkatan yang signifikan terhadap hasil teknik dasar *passing* atas bolavoli. Jika kita perhatikan nilai standar deviasi yang diperoleh, standar deviasi saat *pre test* sebesar 4,38, dan saat *post test* menjadi 3,55. Nilai standar deviasi yang diperoleh semakin kecil, ini artinya bahwa hasil tes *passing* atas bolavoli

siswa semakin stabil, atau dapat dikatakan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa semakin baik setelah latihan dengan bentuk bermain. Dengan pembelajaran metode bermain, siswa tidak sadar jika siswa membiasakan diri untuk melakukan *passing* secara berulang-ulang. Dengan keadaan ini siswa juga tidak sadar jika kemampuan *passing*nya semakin hari semakin baik, hal ini dikarenakan siswa merasa senang bermain, sehingga tidak memperdulikan atau memikirkan *passing* yang benar, namun dengan keterbiasaan melakukan gerakan *passing* atas, maka secara tidak sadar gerakan siswa semakin baik dan hasil *passing* siswa juga semakin baik. Hasil penelitian ini telah membuktikan teori bahwa metode bermain dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas, jika diberikan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna bagi masyarakat luas.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “adanya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas”. Pembelajaran teknik *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain ternyata mampu meningkatkan hasil tes *passing* atas bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Bantul, yaitu sebesar 14,20% dari sebelumnya.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi sebagai berikut.

1. Timbulnya kepercayaan diri siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli dalam melakukan *passing* atas.
2. Munculnya metode baru dalam pembelajaran bolavoli, khususnya pada latihan teknik dasar *passing* atas, sehingga dapat dijadikan acuan dan bahan pertimbangan dalam menyusun program pembelajaran maupun program latihan.
3. Sebagai bahan pertimbangan bagi pelaku olahraga bolavoli (pelatih dan atlet), bahwa pada usia SMA saat latihan perlu menggunakan model bermain, karena telah terbukti memberikan peningkatan yang signifikan terhadap latihan teknik dasar *passing* atas.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian terdapat beberapa unsur keterbatasan diantaranya sebagai berikut:

1. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental pada waktu dilaksanakan tes.
2. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
3. Dalam pengambilan data mengabaikan unsur teknik *passing* atas yang benar yang digunakan responden, namun lebih mengutamakan ketepatan *passing* atasnya.

D. Saran-saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi pelaku olahraga bolavoli (atlit dan pelatih) pada saat latihanteknik dasar *passing* atas usia SMA agar menggunakan pendekatan bermain, karena telah terbukti metode bermain mampu memberikan peningkatan yang signifikan terhadap hasil tes *passing* atas bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakuler bolavoli SMA Negeri 1 Bantul.
2. Bagi sekolah, dapat dijadikan pedoman untuk menyusun silabus dan materi pelajaran penjas di sekolah maupun program latihan pada kegiatan ekstrakurikuler dalam proses belajar mengajar bolavoli.

3. Bagi siswa, dapat dijadikan salah satu cara untuk melatih teknik dasar *passing* atas dengan suasana menyenangkan yaitu dengan metode bermain bersama teman-temannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifudin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Bani Tri Umboro. (2009). *Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Bonnie Robinson. (1997). *Bola Voli Bimbingan Petunjuk dan Teknik Bermain*. Semarang: Dhara Prize.
- Collins Ray. (2001). *A Comprehensive Guide to Sports Skills Tests and Measurement*. America: Division.
- Depdiknas. (2004). Dalam Tri Ani Hastuti. (2008). *Landasan Ekstrakurikuler*. Disampaikan dalam <http://blogmrcaft.blogspot.com/2011/09/peningkatan-kemampuan-teknik-dasar.html>. [diakses 10 Desember 2011].
- Durrwachter, Gerhard. (1986). *Bola Volley, Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: PT Gramedia.
- Hurlock. (1980). *Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Smaneda.blogspot.com/2011/03/karakteristik-siswa-sma-menengah.html [diakses 30 Desember 2011].
- Mochamad Moeslim. (2009). dalam Resha Rafsanjani Prihawan. *Model Bermain Bolavoli dalam Permainan Bolavoli*. Disampaikan dalam <http://blogmrcaft.blogspot.com/2011/09/peningkatan-kemampuan-teknik-dasar.html>. [diakses 10 Desember 2011].
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek Untuk SMA Kelas X*. Bandung. Erlangga.
- M. Maryanto, Sunardi, Agus Margono. (1994). *Peningkatan teknik dasar*. Disampaikan dalam <http://blogmrcaft.blogspot.com/2011/09/peningkatan-kemampuan-teknik-dasar.html>. [diakses 10 Desember 2011].
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka.
- PBVS. (2002). *Bola voli*. http://id.wikipedia.org/wiki/Bola_voli. [diakses 8 Desember 2011]
- Pranatahadi. (2007). *Prinsip Dasar Bermain Bolavoli*. Disampaikan dalam <http://blogmrcaft.blogspot.com/2011/09/peningkatan-kemampuan-teknik-dasar.html>. [diakses 10 Desember 2011].

- Sugiyono. (2010). *Metode Peneletian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharno. (1981). *Metodik Melatih Permmmainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharno. (1979). *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (1992). *Bermain dan kreativitas dalam pembelajaran penjas*. http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/19830509/BERMAIN_DAN_KREATIVITAS.pdf. [diakses 29 Desember 2011]
- Sumadi Suryabrata (1997). *Definisi operasional*. Disampaikan dalam http://lib.uin-malang.ac.id/thesis/chapter_iii/07410078-vina-vaviandri.ps [diakses 11 Januari 2012].
- Wiratna Sujarweni. (2008). *Belajar Mudah SPSS Untuk Penelitian Skripsi Thesis Desertasi dan Umum*. Yogyakarta: Ardana Media.
- Wisma Nugrahaeni. (2009). *Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Passing Pemain Bola voli Dalam Bentuk Bermain Pada Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP N 14 Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Yudha M. Saputra. (2001) dalam Resha Rafsanjani Prihawan. (2009). *Model Bermain Bolavoli dalam Permainan Bolavoli*. Disampaikan dalam <http://blogmrcaft.blogspot.com/2011/09/peningkatan-kemampuan-teknik-dasar.html>. [diakses 10 Desember 2011].
- Yunus. (1991). *Pengertian permainan bola voli*. <http://www.kawandnews.com/2011/08/pengertian-permainan-bolavoli.html>. [diakses 10 Desember 2011]
- <http://goeroendesofiles.wordpress.com/2009/08>.

LAMPIRAN

LEMBAR PENGESAHAN

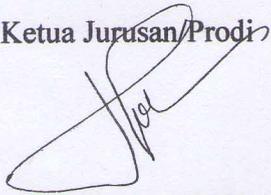
Proposal Penelitian Tentang :

“METODE BERMAIN UNTUK PENINGKATAN PASSING ATAS BOLA VOLI
PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 BANTUL”

Nama : Agung Rahmat Darmawan
NIM : 07601241035
Prodi : PJKR

Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti.

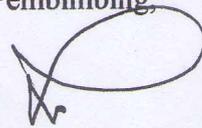
Ketua Jurusan/Prodi



Amat Komari, M.Si
NIP. 19620422 199001 1 001

Yogyakarta, 8 Maret 2012

Pembimbing



Drs. Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Kasubag Pendidikan,



Sutyem, S.Si
NIP. 19760552 199903 2 001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta, Telp (0274) 513092 psw 255

Nomor : 465/H.34.16/PP/2012

Lamp. : 1 Eksp

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

13 Maret 2012

Kepada :

Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda Provinsi DIY

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

Nama Mahasiswa : Agung Rahmat Darmawan
Nomor mahasiswa : 07601241035
Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret 2012
Tempat / Objek : SMA Negeri 1 Bantul Kabupaten Bantul / Peserta Ekstrakurikuler Bpla Voly
Judul Skripsi : "METODE BERMAIN UNTUK PENINGKATAN PASSING ATAS BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 BANTUL,"

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

Dekan ,

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP. 19600824 19860 1 001.

Tembusan Yth :

1. Kepala SMA Negeri 1 Kabupaten Bantul
2. Dinas Dikpora Kabupaten Bantul
3. Kaprodi PJKR FIK UNY
4. Pembimbing Tas
5. Mahasiswa Ybs.



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH

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

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/2323/N/3/2012

Membaca Surat : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
Tanggal : 13 Maret 2012
Nomor : 465/H.34.16/PP/2012
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
 3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
 4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

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

Nama : AGUNG RAHMAT DARMAWAN NIP/NIM : 07601241035
Alamat : Karangmalang Yogyakarta
Judul : METODE BERMAIN UNTUK PENINGKATAN PASSING ATAS BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA MEGERI 1 BANTUL
Lokasi : SMA NEGERI 1 BANTUL Kota/Kab. BANTUL
Waktu : 14 Maret 2012 s/d 14 Juni 2012

Dengan Ketentuan

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

Dikeluarkan di Yogyakarta

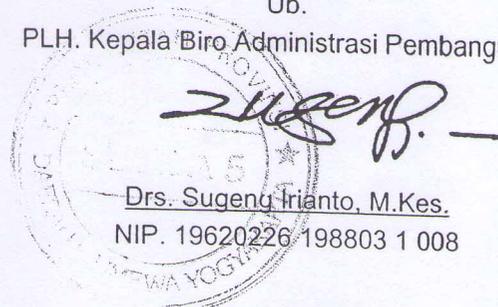
Pada tanggal 14 Maret 2012

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

PLH. Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Drs. Sugeng Prianto, M.Kes.

NIP. 19620226 198803 1 008

embusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Bantul cq Ka Bappeda
3. Ka. Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Provinsi DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(B A P P E D A)

Jln. Robert Wolter Monginsidi No. 1 Bantul 55711, Telp. 367533, Fax. (0274) 367796
Website: bappeda.bantulkab.go.id Webmail: bappeda@bantulkab.go.id

SURAT KETERANGAN/IZIN

Nomor : 070 / 477

Menunjuk Surat : Dari : **Sekretariat Daerah** Nomor : **070/2323/V/3/2012**
Prop. **DIY**
Tanggal : 14 Maret 2012 Perihal : Ijin Penelitian

Mengingat :
a. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perijinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;
b. Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 16 Tahun 2009 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul;
c. Peraturan Bupati Bantul Nomor 17 Tahun 2011 tentang Ijin Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktek Lapangan (PL) Perguruan Tinggi di Kabupaten Bantul.

Diizinkan kepada :

Nama : **AGUNG RAHMAT DARMAWAN**
P.Tinggi/Alamat : **UNY, Karangmalang Yk**
NIP/NIM/No. KTP : **07601241035**
Tema/Judul Kegiatan : **METODE BERMAIN UNTUK PENINGKATAN PASSING ATAS BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA NEGERI 1 BANTUL**
Lokasi : **SMA N 1 Bantul**
Waktu : Mulai Tanggal : 14 Maret 2012 s/d 14 Juni 2012
Jumlah Personil :

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut harus selalu berkoordinasi (menyampaikan maksud dan tujuan) dengan institusi Pemerintah Desa setempat serta dinas atau instansi terkait untuk mendapatkan petunjuk seperlunya;
2. Wajib menjaga ketertiban dan mematuhi peraturan perundangan yang berlaku;
3. Izin hanya digunakan untuk kegiatan sesuai izin yang diberikan;
4. Pemegang izin wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk *softcopy* (CD) dan *hardcopy* kepada Pemerintah Kabupaten Bantul c.q Bappeda Kabupaten Bantul setelah selesai melaksanakan kegiatan;
5. Izin dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut di atas;
6. Memenuhi ketentuan, etika dan norma yang berlaku di lokasi kegiatan; dan
7. Izin ini tidak boleh disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu ketertiban umum dan kestabilan pemerintah.

Dikeluarkan di : Bantul
Pada tanggal : 14 Maret 2012

A.n. Kepala
Sekretaris,
Ub.

Ka. Subbag Umum



Elis Fitriyati, SIP., MPA.
NIP. 19690129 199503 2 003

Tembusan disampaikan kepada Yth.

1. Bupati Bantul
2. Ka. Kantor Kesbangpolinmas Kab. Bantul
3. Ka. Dinas DIKMENOF. Kab. Bantul
4. Ka. SMA N 1 Bantul
5. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON FORMAL
SMA NEGERI 1 BANTUL
RINTISAN SEKOLAH MENENGAH ATAS BERTARAF INTERNASIONAL
 Jl. KHA. WAKHID HASYIM BANTUL TELP/FAX. 0274 367547, 0274 6462076
 Website: sman1bantul.sch.id : E-mail: info@sman1bantul.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 154 / SMA.01 / LL / 2012

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Bantul Kecamatan Bantul, Kabupaten Bantul, Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menerangkan bahwa :

Nama : AGUNG RAHMAT DARMAWAN
 NIM : 07601241035
 Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Fakultas : Ilmu Keolahragaan
 Universitas : UNY

Mahasiswa tersebut benar – benar telah melaksanakan kegiatan penelitian di SMA Negeri 1 Bantul, pada tanggal 17 s.d 26 Maret 2012, dengan judul Penelitian :

**“ METODE BAERMAIN UNTUK PENINGKATAN PASSING ATAS BOLA VOLI
 PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA N BANTUL ”**

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 26 Maret 2012

Kepala Sekolah



Drs. ISDARMOKO, M.Pd

HNIP 19640727 199303 1 003



Lampiran 1.

Petunjuk Pelaksanaan Tes *Kuatz volleyball passing test*

Tes *Kuatz volleyball passing test*

Kuatz volleyball passing test adalah setiap bola memantul dari tembok, lalu dipasing atas syah sesuai dengan peraturan permainan, dan bola tersebut masuk ke dalam daerah sasaran selama 30 detik.

Tujuan : Untuk mengevaluasi kekuatan lengan dan mengukur ketepatan passing atas permainan bola voli.

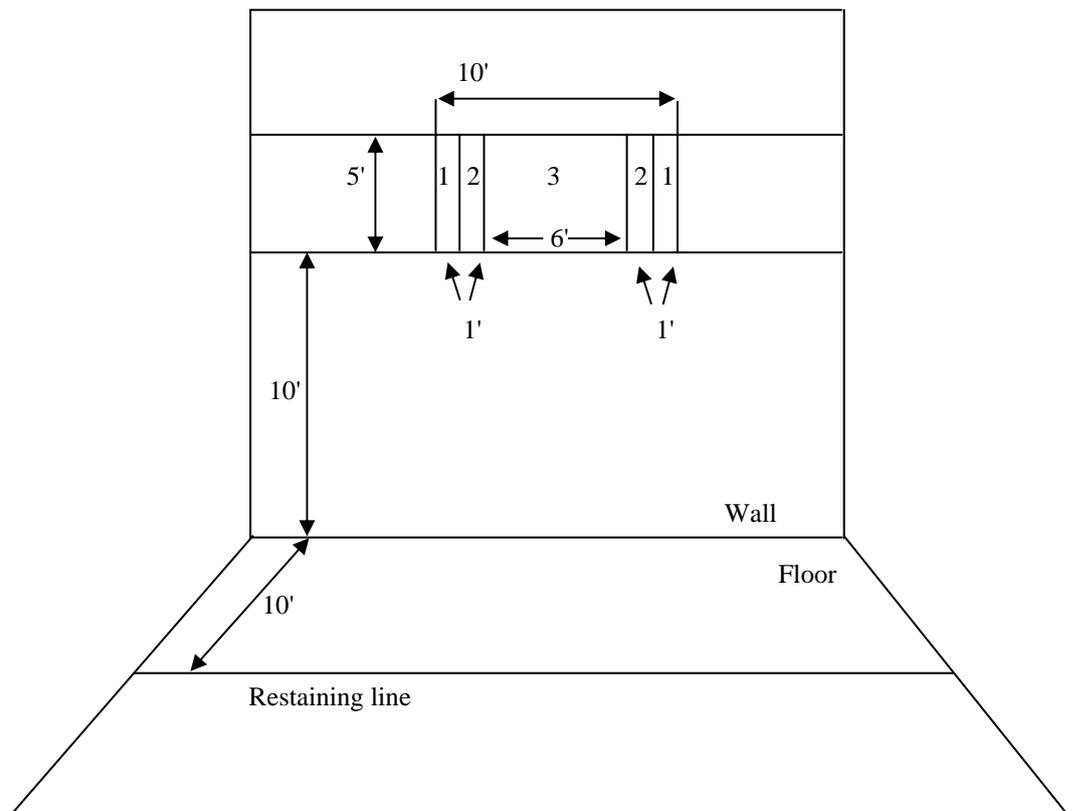
Alat : 1. Bola voli.
2. Stopwatch
3. Isolasi(plester) hitam
4. Alat tulis.

Pelaksanaan : 1. Siswa melakukan lemparan ke dinding dan mulai memasing atas.
2. Dilakukan selama 30 detik
3. Orang coba melakukan 4 kali.
4. Istirahat 1 menit

Penilaian : 1. Skor yang dihitung bola yang masuk dalam area target
2. Hitungan ke 2 baru dimulai dihitung.
3. Bola keluar dari control, hitungan ke 2 mulai dihitung.
4. tidak boleh melewati garis penbatas
5. Jumlah nilai dari 20 kali pelaksanaan dikumpulkan.

Penguji : 2 orang, 1 orang sebagai pengawas, 1 orang lagi sebagai pencatat

A. Kuatz volleyball passing test



Gambar 3.1 *Kuatz volleyball passing test*

Sumber : (D. Ray Collins. 2001: 297).

Lampiran 1. Lanjutan

Lembar Kerja Pengambilan Data

No	NAMA	KELAS	Pre Test	Post Test
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Lampiran 2.

Data Hasil Penelitian Tes *Kuatz volleyball passing test*

No	NAMA	KELAS	Pre Test	Post Test
1	Abdurahman	X ₃	23	21
2	Khoirudin	X ₁	17	18
3	Tri Ahmat	XI A ₂	17	25
4	Sugeng Wahyudi	X ₆	13	16
5	Rakyan R	X ₅	13	9
6	Fadelis D	X ₁	10	15
7	Aldino	XI A ₄	14	15
8	Danu Tri A	XI A ₄	15	22
9	Dimas Radityo	XI S ₁	25	26
10	Adiestri Y S	XI A ₄	16	19
11	Mico Pandhu S	X ₃	12	8
12	M Rosid	X	22	23
13	Putut Bayu Arti H	XI S ₁	11	11
14	Galih Punjung W	X ₃	14	17
15	Ginanjari Wahyudianto	XI S ₁	16	12
16	Febrian H Y	XI A ₃	13	7
17	Bayu Gilang N	XI S ₁	21	18
18	Angga Pradana	XI A ₃	20	23
19	Haris Suryo Putra	XI A ₃	16	14
20	M. Arif Rahman	XI A ₃	23	21

Lampiran 3.

Frekuensi Data

Frequencies

Statistics

		pre test	post test
N	Valid	20	20
	Missing	0	0
	Mean	16.5500	18.9000
	Median	16.0000	18.0000
	Mode	13.00 ^a	15.00
	Std. Deviation	4.38268	3.55261
	Variance	19.208	12.621
	Minimum	10.00	15.00
	Maximum	25.00	26.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Table

pre test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	1	5.0	5.0	5.0
	11	1	5.0	5.0	10.0
	12	1	5.0	5.0	15.0
	13	3	15.0	15.0	30.0
	14	2	10.0	10.0	40.0
	15	1	5.0	5.0	45.0
	16	3	15.0	15.0	60.0
	17	2	10.0	10.0	70.0
	20	1	5.0	5.0	75.0
	21	1	5.0	5.0	80.0
	22	1	5.0	5.0	85.0
	23	2	10.0	10.0	95.0
	25	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

post test

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15	5	25.0	25.0	25.0
16	2	10.0	10.0	35.0
17	1	5.0	5.0	40.0
18	3	15.0	15.0	55.0
19	1	5.0	5.0	60.0
20	1	5.0	5.0	65.0
21	2	10.0	10.0	75.0
22	1	5.0	5.0	80.0
23	2	10.0	10.0	90.0
25	1	5.0	5.0	95.0
26	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Lampiran 4.

Uji Normalitas

Chi-Square Test

Frequencies

pre test

	Observed N	Expected N	Residual
10	1	1.5	-.5
11	1	1.5	-.5
12	1	1.5	-.5
13	3	1.5	1.5
14	2	1.5	.5
15	1	1.5	-.5
16	3	1.5	1.5
17	2	1.5	.5
20	1	1.5	-.5
21	1	1.5	-.5
22	1	1.5	-.5
23	2	1.5	.5
25	1	1.5	-.5
Total	20		

post test

	Observed N	Expected N	Residual
15	5	1.8	3.2
16	2	1.8	.2
17	1	1.8	-.8
18	3	1.8	1.2
19	1	1.8	-.8
20	1	1.8	-.8
21	2	1.8	.2
22	1	1.8	-.8
23	2	1.8	.2
25	1	1.8	-.8
26	1	1.8	-.8
Total	20		

Test Statistics

	pre test	post test
Chi-Square	4.700 ^a	8.600 ^b
df	12	10
Asymp. Sig.	.967	.570

a. 13 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.5.

b. 11 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.8.

Lampiran 5.

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

data passing atas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.716	1	38	.403

Lampiran 6.

Uji T

T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pre test	16.5500	20	4.38268	.98000
	post test	18.9000	20	3.55261	.79439

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pre test & post test	20	.781	.000

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	pre test - post test	-2.35000	2.73909	.61248	-3.63194	-1.06806	-3.837	19	.001

Program Latihan

Bermain dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli sangat kompleks dan beragam bentuknya. Bentuk bermain yang akan diberikan dalam ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bantul, yaitu bentuk bermain sederhana dengan peraturan yang disesuaikan dengan peraturan bolavoli. Model bermain yang diberikan untuk *passing* atas bola voli sebanyak 10 kali pertemuan, yaitu;

Pertemuan 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

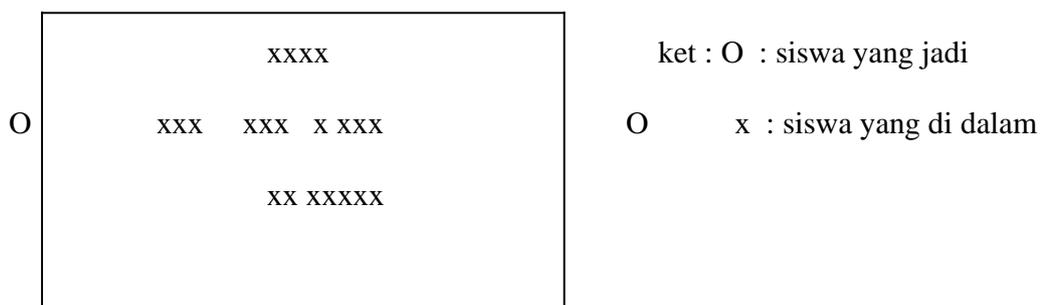
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (40 menit)

Dibagi 2 kelompok, setiap kelompok diundi menentukan 2 siswa yang jadi, semua siswa berada di dalam lapangan yang berukuran 4,5 x 6 meter, 2 siswa yang jadi diluar lapangan memegang bola melakukan lemparan dengan kedua tangan di depan dada, mengarahkan pada siswa yang didalam lapangan. Dengan sasaran hanya bagian kaki, apabila terkena siswa maka siswa tersebut keluar lapangan dan membantu. Menggunakan dua bola.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan dibubarkan



Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

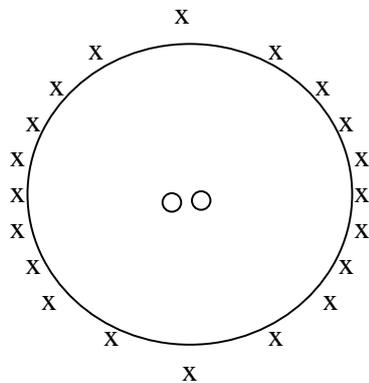
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (40 menit)

Semua siswa dibagi 2 kelompok, perempuan dan laki-laki, siswa membentuk sebuah lingkaran. Ada 2 siswa di dalam lingkaran, saling membelakangi dan melakukan *passing* atas kepada siswa lain yang membentuk lingkaran, dan dikembalikan lagi, siswa yang di dalam lingkaran membagi *passing* kepada siswa yang membentuk lingkaran. Menggunakan 2 bola, agar siswa dapat melakukan *passing* sebanyak-banyaknya.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan dibubarkan



ket; x : siswa di luar
o : siswa di dalam

Pertemuan 3

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (40 menit)

Siswa dibagi 4 kelompok, memperlombakan *passing* atas dengan peraturan melakukan *passing* atas berjalan, siswa baris berbanjar. Siswa terdepan berlomba melakukan *passing* atas berjalan dengan jarak 10 m dengan aba-aba peluit, kembali lagi bergantian dengan siswa belakangnya, dan berlanjut. Kelompok yang tercepat yang menjadi pemenangnya.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan dibubarkan

Pertemuan 4

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Permainan ini disebut kucingan, yaitu permainan yang dilakukan 5 siswa membentuk lingkaran dan 2 siswa di dalam sebagai kucing (penjaga). Peraturannya siswa yang membentuk lingkaran melakukan *passing* atas arahnya bebas ke teman lainnya, tetapi siswa yang di dalam lingkaran bertugas merebut bola yang dipassing tersebut, apabila bola tersentuh tangan penjaga (kucing), bergantian siswa yang terebut bolanya menjadi kucing (penjaga).

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan dibubarkan

Pertemuan 5

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Siswa dibagi 6 kelompok, berbaris berbanjar kelompok 1 berhadapan dengan kelompok 2, kelompok 3 dengan 4 dan 5, kelompok 5 berhadapan dengan 6. Siswa paling depan melakukan *passing*, setelah itu lari kebelakang lewat kanan, siswa dibelakangnya siap menerima *passing* dari lawan, dan melakukan *passing* lagi ke lawan, bergantian.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan dibubarkan

Pertemuan 6

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Siswa dibagi 2 kelompok melakuka *passing* atas dengan formasi saling berhadapan, 1 siswa menghadap semua siswa yang baris berbanjar, siswa yang berbaris melakukan *passing* kearah siswa 1, setelah melakukan *passing* mundur ke barisan belakang, bergantian melakukan *passing* atas. Pergantian siswa 1 dilakukan setelah semua siswa yang berbaris sudah melakukan *passing*.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan dibubarkan

Pertemuan 7

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan

- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Melakukan *passing* atas berpasangan, setiap kelompok ada 4 siswa membentuk persegi panjang melakukan *passing* bergantian. Setelah melakukan *passing* sekitar 10 menit, penerimaan *passing* dikontrol dulu di atas kepala (*passing* di atas kepala) setelah itu baru melakukan *passing* ke arah temannya.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar

Pertemuan 8

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Pemain setiap regunya berjumlah 3 siswa. Lapangan permainan yang digunakan dalam bermain berbentuk persegi panjang dengan ukuran 4,5 x 6 meter dan tinggi 2,24 meter. Persyaratan yang digunakan dalam permainan ini yaitu bermain dengan menggunakan teknik *passing* atas dengan 4 kali sentuhan.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar

Pertemuan 9

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Siswa dibagi kedalam kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 5 orang. Masing-masing kelompok harus menyediakan dua buah bangku, satu buah ban sepeda bekas, dan satu buah bola voli. Dua orang pemain bertugas memegang ban sepeda bekas dengan cara dipegang dengan dua tangan dan diangkat diatas kepala, dan berdiri diatas bangku dengan cara berhadap-hadapan. Lingkaran ban sepeda/simpai menghadap keatas. Ban sepeda/simpai ini berfungsi sebagai sasaran. Satu orang melakukan gerakan *passing* atas dengan cara berdiri menghadap sasaran sejauh 2 meter. (Jarak dapat disesuaikan). Pemain berusaha memasukan bola yang *dipassing* kedalam ban sepeda/simpai yang dipegangi oleh temannya. Satu orang bertugas mengambil bola untuk diberikan kepada teman yang melakukan *passing* atas. Satu orang menjadi juri untuk kelompok lain, bertugas mengawasi agar kelompok yang lain melakukan permainan dengan sportif, sekaligus mencatat hasil dari *passing* atas yang berhasil masuk kedalam sasaran ban sepeda/simpai. Bola tidak boleh mengenai kepala dari dua orang yang memegang ban sepeda/simpai sebagai sasaran. Apabila bola mengenai kepala, maka permainan akan berhenti dan kelompok tersebut dinyatakan gugur.

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar

Pertemuan 10

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

Bermain permainan bolavoli yang sudah dimodifikasi menggunakan lapangan permainan yang digunakan dalam bermain berbentuk persegi panjang dengan ukuran 4,5 x 6 meter dan tinggi 2,24 meter. Pemain setiap regunya berjumlah 6 siswa. Dengan menggunakan peraturan hanya melakukan *passing* atas dengan 5 kali sentuhan, menggunakan 2 bola dan servis bersamaan.

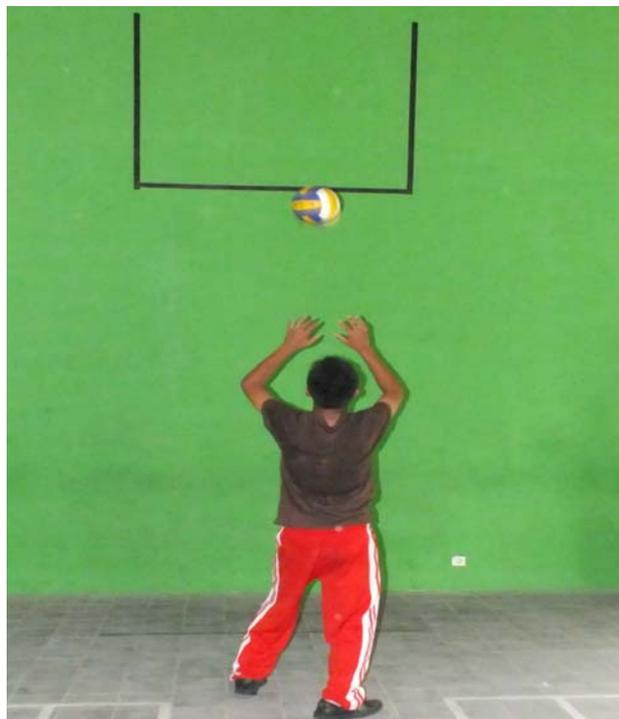
3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar

FOTO PENELITIAN



Gambar Pre Test *Kuatz volleyball passing test*



Gambar Post Test *Kuatz volleyball passing test*