



**UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN BOLA VOLI PASING  
BAWAH DENGAN BOLA GANTUNG PADA SISWA KELAS V SD  
NEGERI LARANGANLUWOK KECAMATAN BEJEN  
KABUPATEN TEMANGGUNG  
TAHUN 2014**

**SKRIPSI**

**Diajukan dalam rangka Penyelesaian Studi Strata 1  
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan**

**Oleh**

**BUNDAN ARIBOWO**

**6102910172**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2015**

## ABSTRAK

**Bundan Aribowo.** 2014. Skripsi. *Upaya Meningkatkan Pembelajaran Bolavoli Pasing Bawah Dengan Bola Gantung Pada Siswa Kelas V SD Negeri Laranganluwok Kecamatan Bejen Kabupaten Temanggung.* Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing I Drs. Musyafari Waluyo, M.Kes, dan Dosen Pembimbing II Ipang Setiawan, S.Pd M.Pd

Kata kunci : Pasing bawah dengan bola gantung

Latar belakang penulisan skripsi ini adalah kurangnya minat dan motivasi belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran bolavoli, karena siswa merasa kesulitan dalam mengikuti pembelajaran bolavoli terutama pada pembelajaran pasing bawah. Sehingga siswa lebih memilih olahraga lain yang dianggap lebih menarik. Permasalahan yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini adalah apakah melalui pembelajaran bolavoli pasing bawah dengan bola gantung dapat meningkatkan motivasi pembelajaran bolavoli pada siswa kelas V SD Negeri Laranganluwok Kecamatan Bejen Kabupaten Temanggung ?. Tujuan penelitian adalah untuk meningkatkan motivasi pembelajaran bolavoli pasing bawah dengan bola gantung pada siswa kelas V SD Negeri Laranganluwok Kecamatan Bejen Kabupaten Temanggung.

Penelitian ini melibatkan seluruh siswa kelas V SD Negeri Laranganluwok dengan jumlah siswa 16 yang terdiri dari 6 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan. Teknik pengumpulan data menggunakan penilaian tes perbuatan dan lembar observasi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat digambarkan bahwa pelaksanaan pembelajaran bolavoli pasing bawah dengan bola gantung pada siswa kelas V SD Negeri Laranganluwok tahun 2014, pada siklus I hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh guru Penjasorkes SD didapat rata-rata lebih dari angka 3 (tiga) atau masuk dalam kategori penilaian "baik". Sedangkan pada siklus II mengalami peningkatan di banding pada siklus I dapat dilihat rata-rata pengisian kuisisioner guru penjasorkes mengalami peningkatan yang semula rata-rata 3 menjadi 3,6 dengan kategori penilaian "baik". Data kuisisioner siswa pada siklus I didapat presentase pilihan jawaban yang sesuai 81,6 % dengan kriteria baik dan pada siklus II meningkat menjadi 83,98 % dengan kriteria sangat baik.

Dari hasil penelitian, peneliti menyimpulkan dalam pelaksanaan pembelajaran bolavoli pasing bawah dengan bola gantung, hasil belajar siswa meningkat hal ini dibuktikan dengan naiknya hasil yang diperoleh dari setiap siklus. Saran yang disampaikan oleh penulis yaitu bagi guru Penjasorkes di SD dapat menggunakan model pembelajaran bolavoli pasing bawah dengan bola gantung ini di sekolah.

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. 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. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari UNNES dan sanksi hukum sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 21 Januari 2015

Yang menyatakan,



**BUNDAN ARIBOWO**

NIM. 6102910172

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul *Upaya meningkatkan pembelajaran bola voli passing bawah dengan bola gantung pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Laranganlowok Kecamatan Bejen Kabupaten Temanggung tahun 2014* telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian pada :

Hari :

Tanggal :

Pembimbing Utama



Drs. Musyafari Waluyo, M. Kes  
NIP. 19490507 197503 1 001

Pembimbing Pendamping



Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19750825 200812 1 001

Ketua Jurusan PJKR



Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd  
NIP. 19610903 198803 1 002

9/1 2015

## PENGESAHAN

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas  
Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Nama : Bundan Aribowo  
NIM : 6102910172  
Judul : Upaya Meningkatkan Pembelajaran Bolavoli Pasing  
Bawah Dengan Bola Gantung Pada Siswa Kelas V SD  
Negeri Laranganluwok Kecamatan Bejen Kabupaten  
Temanggung tahun 2014  
Pada Hari : Rabu  
Tanggal : 21 Januari 2015

### Panitia Ujian

Ketua



Dr. H. Harry Pramono, M.Si  
NIP.19591019 198503 1 001



Sekretaris

PANITIA UJIAN SKRIPSI  
JURUSAN PEKERJAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Andry Akhiruyanto, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19810129 200312 1 001

### Dewan Penguji

1. Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd (Ketua)  
NIP. 19610903 198803 1 002
2. Drs. Musyafari Waluyo, M.Kes (Anggota)  
NIP.19490507 197503 1 001
3. Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd (Anggota)  
NIP. 19750825 200812 1 001



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### Motto :

- 1) *“Raihlah ilmu, dan untuk meraih ilmu belajarlah untuk tenang dan sabar”  
(Khalifah Umar)*
- 2) *“Berusahalah untuk tidak menjadi manusia yang berhasil tapi berusahalah  
menjadi manusia yang berguna” (Einstein)*
- 3) *“Jangan pernah berhenti untuk mencoba dan berkata tidak bisa”*
- 4) *“Jangan pernah merasa bisa, tapi bisalah merasa”*

### PERSEMBAHAN :

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

1. *Seorang yang sangat berarti yang tidak bisa  
kusebut namanya, sebagai acuan dan motivatorku  
yang selalu memberikan pandangan akan dan  
tentang hidup kepadaku (Ta'....)*
2. *Ibuku yang selalu sabar memberikan dukungan,  
dan motivasi serta contoh berjuang untuk meraih  
apa yang aku inginkan.*
3. *Rekan-rekan Guru SD Negeri Laranganluwok  
Kecamatan Bejen yang telah memberikan banyak  
pengalaman dan pandangan hidup.*
4. *Teman-teman Senasib Seperjuangan Mahasiswa  
PJJ Wonosobo.*
5. *Almamater FIK.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **``Pembelajaran Bola Voli Pasing Bawah Dengan Bola Gantung Pada Siswa Kelas V SD Negeri Laranganluwok Kecamatan Bejen Kabupaten Temanggung``**.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan oleh semua pihak, sehingga dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan rasa hormat kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah berkenan memberikan kesempatan belajar kepada penulis.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNNES yang telah memberikan izin penelitian untuk menyelesaikan skripsi.
4. Ketua Prgram Studi Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar FIK yang telah memberikan izin penelitian untuk menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Drs. Musyafari Waluyo, M.Kes Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dengan ketekunan kesabaran serta kesungguhan hati sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Bapak Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dengan ketekunan kesabaran serta kesungguhan hati sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Bapak dan Ibu Dosen FIK Khususnya Prodi PGPIJD UNNES yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.
8. Drs. Sumediyono, selaku Kepala SD Negeri Laranganluwok yang telah memberikan izin penelitian dan seluruh fasilitas yang telah diberikan.
9. Bapak Arif Setiawan S.Pd yang telah berkenan menjadi ahli pembelajaran dan banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat senasib seperjuangan PJKR Rombel Wonosobo FIK UNNES.

Semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan ridho dari Allah Subhanahu Wata'alla.

Akhirnya penulis berharap agar dengan penyusunan skripsi ini akan dapat memberikan manfaat dan barokah bagi kita semua.

Semarang, Januari 2015

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
PENGESAHAN .....	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.5 Pemecahan Masalah .....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS	
2.1 Kajian Pustaka .....	6
2.1.1 Pengertian Pembelajaran .....	6
2.1.2 Pengertian Bolavoli .....	7
2.1.3 Pembelajaran Bola voli Di Sekolah Dasar .....	9
2.1.4 Pembelajaran Pasing Bawah Bolavoli .....	11
2.1.5 Pengertian Bermain .....	15
2.1.6 Pembelajaran Pasing Bawah Melalui Permainan Bola Gantung .....	17
2.1.7 Kerangka Berpikir .....	18
2.2 Hipotesis Tindakan .....	19

### BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian .....	20
3.2	Subjek Penelitian .....	22
3.3	Objek Penelitian .....	22
3.4	Lokasi Penelitian.....	23
3.5	Waktu Penelitian .....	23
3.6	Teknik Pengumpulan Data .....	23
3.7	Instrumen Penelitian .....	23
3.8	Indikator Keberhasilan Tindakan .....	24
3.9	Teknik Analisis Data .....	25
3.10	Rencana Penelitian .....	25

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian .....	31
4.1.1	Siklus I .....	31
4.1.2	Siklus II .....	39
4.2	Pembahasan.....	46
4.2.1	Implikasi Hasil Penelitian .....	48

### BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1	Simpulan .....	49
5.2	Saran .....	49

DAFTAR PUSTAKA .....	50
----------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	51
------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kriteria Ketuntasan Belajar .....	25
2. Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus I .....	34
3. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I .....	36
4. Hasil Penilaian Teknik Pasing Bawah Siklus I .....	37
5. Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus II.....	41
6. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II .....	43
7. Hasil Penilaian Teknik Pasing Bawah Siklus II .....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pasing Bawah Bolavoli .....	12
2. Permainan Pasing Bawah Dengan Bola Gantung .....	18
3. Desain Penelitian Tindakan Kelas .....	21

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. SK Dekan Tentang Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi .....	51
2. Surat Keterangan telah Melaksanakan Penelitian .....	52
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I .....	53
4. Lembar Instrumen Observasi Untuk Guru Siklus I .....	59
5. Lembar Instrumen Observasi Untuk Siswa Siklus I .....	63
6. Hasil Unjuk Kerja Pasing Bawah Siklus I .....	67
7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II .....	69
8. Lembar Instrumen Observasi Untuk Guru Siklus II .....	75
9. Lembar Instrumen Observasi Untuk Siswa Siklus II .....	79
10. Hasil Unjuk Kerja Pasing Bawah Siklus II .....	83
11. Dokumentasi Penelitian .....	85

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan upaya dalam bentuk bimbingan, pengajaran dan latihan untuk mempersiapkan manusia dalam menghadapi peranannya pada masa yang akan datang. Pendidikan nasional adalah pendidikan yang berdasarkan pada Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 serta berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan menjadikan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa (Permendiknas: No. 23 Tahun 2006).

Didalam dunia pendidikan terdapat berbagai disiplin ilmu yang diajarkan kepada peserta didik, salah satunya ialah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Permendiknas No. 23 Tahun 2006 memberikan arti bahwa pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Olahraga dan pendidikan jasmani sering diartikan sebagai dua hal yang sama, akan tetapi olahraga dan pendidikan jasmani sebenarnya memiliki perbedaan yang cukup signifikan. Berbeda dengan olahraga yang biasanya lebih

bersifat kompetitif dan mengunggulkan prestasi, didalam pendidikan jasmani lebih diutamakan keterampilan proses dari pada pencapaian prestasi.

Ruang lingkup Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar terdiri dari permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dan kesehatan. Bola voli merupakan salah satu bagian dari ruang lingkup Pendidikan Jasmani yang diajarkan di Sekolah Dasar karena memiliki tujuan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat.

Dalam pengamatan dan pengalaman mengajar saya selaku guru Penjaskes selama kurun waktu dua tahun di SD Negeri Laranganluwok, Kecamatan Bejen, Kabupaten Temanggung, menunjukkan bahwa motivasi pembelajaran dalam bidang bola voli masih sangatlah kurang. Pada umumnya, siswa-siswi di sekolah tersebut merasa kesulitan untuk melakukan pasing dalam permainan bola voli. Siswa menganggap permainan ini kurang menarik untuk dilakukan. Sehingga siswa lebih memilih melakukan permainan yang lain. Hal tersebut dikarenakan pengetahuan siswa tentang bola voli masih sangat kurang dan hanya memahami satu permainan olahraga yang dianggap menarik. Siswa menganggap bahwa permainan bola voli sulit untuk dilakukan terutama saat melakukan pasing. Masalah yang muncul saat anak melakukan pasing adalah bola muntah kemana-mana yang mengakibatkan siswa harus berulang-ulang mengambil bola yang muntah. Sehingga dalam pembelajaran tersebut kurang efektif, karena anak harus mengambil bola secara terus menerus daripada melakukan gerakan pasing. Akibat yang timbul anak mengeluh karena kelelahan.

Oleh sebab itu, saya selaku guru Penjaskes berupaya untuk membuat suatu metode permainan agar siswa tertarik pada permainan bola voli. Salah

satunya dengan metode permainan bola gantung. Dengan harapan siswa senang melakukannya dan secara tidak sadar, siswa sudah menuju kearah teknik dasar permainan bola voli.

Bertitik tolak dari fakta empiris yang sudah dikemukakan diatas, maka peneliti menganggap permasalahan tersebut haruslah dicari solusinya. Dalam usaha peningkatan pembelajaran bola voli tersebut, guru dituntut harus kreatif dalam memberikan materi. Salah satu metode atau pendekatan pembelajaran yang dirasa oleh peneliti cukup menarik dan sesuai dengan perkembangan atau karakteristik siswa adalah melalui metode bermain.

Pendekatan dengan metode bermain sangatlah cocok untuk diterapkan didalam proses pembelajaran khususnya di Sekolah Dasar. Menurut Badrut Tamam (2009: 1), pendekatan bermain pada umumnya diberikan untuk anak prasekolah, taman kanak-kanak, dan anak usia SD. Pendekatan dengan cara bermain dirasa efektif karena dapat meningkatkan kemampuan kognitif, memenuhi perasaan ingin tahu, kemampuan inovatif, kritis, dan kreatif, juga membantu mengatasi perasaan bimbang dan tertekan.

Alasan utama dipilihnya metode bermain adalah karakteristik siswa Sekolah Dasar secara umum masih senang bermain. Melalui metode bermain diharapkan siswa akan lebih merasa senang dan tertarik untuk mempelajari permainan bola voli, sehingga proses pembelajaran bola voli dapat lebih meningkat. Pendekatan dengan metode bermain juga belum pernah digunakan dalam pembelajaran bola voli di SD Negeri Laranganluwok.



## **1.2. Rumusan Masalah**

Memperhatikan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah pembelajaran bola voli pasing bawah dengan bola gantung dapat meningkatkan hasil belajar bola voli pasing bawah pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Laranganluwok, Kecamatan Bejen, Kabupaten Temanggung tahun 2014 ?.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar bola voli pasing bawah pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Laranganluwok, Kecamatan Bejen, Kabupaten Temanggung tahun 2014 ?.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

Penulis mengharapkan dengan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti, para pendidik, dan pembaca pada umumnya. Manfaat tersebut antara lain sebagai berikut :

### **1) Secara Teoritis :**

Dari hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam meningkatkan dan mengembangkan mutu proses pembelajaran bola voli khususnya pada pembelajaran pasing bawah.

### **2) Secara Praktis :**

a) Dapat membantu guru didalam memecahkan masalah yang dihadapi dalam proses pembelajaran penjas khususnya bola voli, sehingga akan meningkatkan profesionalisme guru penjas.

- b) Bagi peserta didik, akan mendapat ilmu pengetahuan baru sehingga akan menambah ketertarikan peserta didik di dalam mempelajari pendidikan jasmani. Selain itu dengan adanya pembelajaran bola voli ini, dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.
- c) Bagi Sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan sekolah untuk mengembangkan model pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif.

### **1.5. PemecahanMasalah**

Berdasarkan uraian permasalahan diatas adapun cara pemecahan masalah yang akan dilakukan oleh peneliti, adalah membuat modifikasi dan strategi yang menarik yaitu dengan pendekatan permainan bola gantung sehingga dalam pembelajaran pasing bawah pada bola voli dapat berjalan optimal dan menyenangkan.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS**

#### **2.1.Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Pengertian Pembelajaran**

Menurut Udin S.Winataputra (2008: 18) arti dari pembelajaran adalah kegiatan yang dilakukan untuk menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Oleh karena pembelajaran merupakan sistematis dan sistematis untuk menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan proses belajar maka kegiatan pembelajaran berkaitan erat dengan jenis hakikat, dan jenis belajar serta hasil belajar tersebut. Pembelajaran harus menghasilkan belajar, tapi tidak semua proses belajar terjadi karena pembelajaran. Proses belajar terjadi juga dalam konteks interaksi sosial-kultural dalam lingkungan masyarakat.

Sedangkan menurut Oemar Hamalik (2008: 57), pembelajaran mengandung pengertian mengenai suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Manusia yang terlibat dalam sistem pengajaran terdiri dari siswa, guru dan tenaga lainnya. Material dalam pembelajaran meliputi buku, papan tulis, kapur, tape dan lain sebagainya. Fasilitas dan perlengkapan, terdiri dari ruang kelas, perlengkapan audio-visual, komputer dll. Sedangkan prosedur antara lain meliputi jadwal, metode penyampaian informasi, ujian dan sebagainya.

Oemar Hamalik (2008: 69-70) menyebutkan bahwa untuk menjamin dan membina suasana belajar yang efektif, guru dan siswa dapat melakukan beberapa upaya sebagai berikut:

- a) Guru harus bersikap menunjang, membantu, adil dan terbuka kepada peserta didik pada saat proses pembelajaran berlangsung, karena sikap tersebut pada akhirnya dapat menciptakan suasana yang menyenangkan sehingga antusiasme peserta didik terhadap pelajaran yang sedang berlangsung muncul.
- b) Kesadaran yang tinggi di kalangan peserta didik untuk membina kedisiplinan didalam kelas. Suasana disiplin ini juga sebenarnya ditentukan oleh perilaku guru, kemampuan guru memberikan pengajaran, serta suasana dalam diri peserta didik sendiri.
- c) Upaya untuk menciptakan hubungan dan kerjasama yang serasi, selaras dan seimbang didalam kelas yang dijiwai oleh rasa kekeluargaan dan kebersamaan baik dari guru maupun dari peserta didik sendiri.

### **2.1.2 Pengertian Bola Voli**

Bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan ini adalah melewatkan bola melalui atas net agar dapat jatuh ke lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan maksimal tiga kali pantulan tangan untuk mengembalikan bola (diluar perkenaan blok). Permainan ini dimulai setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan dan permainan berakhir setelah bola menyentuh lantai, bola

”keluar” atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna (PBVSI, 2005:1).

Dasar pengertian bolavoli adalah memainkan bola dengan memvoli dan menjatuhkan bola di dalam lapangan permainan lawan, dengan menyeberangkan bola melewati jaring dan mempertahankan bola agar tidak jatuh dilapangan permainan sendiri. Regu dianggap menang apabila regu itu dapat memperoleh nilai lima belas terlebih dahulu dan dari lima set yang harus dimainkan, regu itu harus dapat memenangkan 3 set.

Dengan melihat definisi bolavoli diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan bolavoli adalah suatu permainan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim didalam lapangan permainan dengan dipisahkan oleh net. Tujuan permainan ini adalah melewatkan bola melalui atas net agar bola jatuh menyentuh lantai di daerah lawan, serta untuk mencegah usaha yang sama bagi lawan. Setiap regu dapat memainkan maksimal 3 kali pantulan bola (diluar perkenaan blok) untuk mengembalikan bola tersebut ke daerah lawan.

Didalam permainan bolavoli, bola dinyatakan dalam permaian setelah bola diservis dan melewati atas net ke daerah lawan. Permainan bolavoli di udara (rally) berlangsung secara teratur sampai bola tersebut menyentuh lantai atau bola keluar (bola mati). Dalam permainan bolavoli, regu yang memenangkan satu rally akan mendapatkan angka, dan setiap pemain melakukan pergeseran satu posisi menurut arah jarum jam. Tiap-tiap regu dalam permainan bolavoli beranggotakan enam orang pemain. Mengingat olahraga bolavoli adalah permainan beregu, maka pola kerjasama antar pemain mutlak diperlukan untuk membentuk tim yang

kompak. Dengan demikian, penguasaan teknik-teknik dasar dalam olahraga bolavoli secara perorangan sangatlah penting untuk dikuasai.

Bolavoli merupakan olahraga komplek yang tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang. Diperlukan pengetahuan mengenai teknik-teknik dasar dan lanjutan untuk dapat bermain bolavoli secara efektif. Selain itu dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada didalam bolavoli. Teknik-teknik didalam bolavoli tersebut antara lain servis, pasing, smash dan sebagainya.

Seperti dikatakan oleh Sarumpaet (1991:133), bahwa: “penguasaan teknik dasar bolavoli merupakan unsur yang menentukan kalah dan menangnya suatu regu dalam pertandingan. Oleh karena itu, teknik dasar permainan harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu agar dapat memainkan permainan bolavoli secara lancar dan teratur”.

Pengertian “teknik dasar” menurut M. Yunus (1992: 68) adalah “cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal”. Selanjutnya dikatakan pula mengenai macam teknik dasar, yaitu : servis, pasing, setup, smash dan blok.

### **2.1.3 Pembelajaran Bola voli di Sekolah Dasar**

Menurut Silabus Kurikulum 2013 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD Kelas V, bahwa materi pembelajaran permainan bola besar (bola voli) terletak pada tema 2 yaitu peristiwa dalam kehidupan dan sub temanya macam-macam peristiwa dalam kehidupan diajarkan untuk kelas V SD pada

semester 1. Kompetensi dasarnya berbunyi; Mempraktekan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan bola besar dan atau olahraga tradisional

Sedangkan indikatornya antara lain; 1) melambung/memvoli bola dengan kontrol yang baik, 2) melakukan gerakan passing bawah dan passing atas dengan kontrol yang baik, 3) melakukan gerakan servis bawah dengan kontrol yang baik, 4) mengembangkan kerjasama tim dalam permainan, 5) melakukan permainan bolavoli dengan peraturan yang dimodifikasi.

Menurut M. Yunus (1992 : 61), untuk meningkatkan prestasi didalam bolavoli, perlu adanya pembinaan yang meliputi unsur-unsur :

a) Kondisi Fisik

Kondisi fisik umum yang perlu dibina antara lain adalah; 1) Kekuatan, 2) Daya tahan, 3) Kecepatan, 4) Kelincahan dan 5) Kelentukan.

b) Teknik

Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Macam-macam teknik dalam permainan bolavoli itu antara lain adalah servis, passing, umpan, blok dan smash.

c) Taktik

Hakikat taktik adalah penyusunan siasat dan suatu usaha dengan menggunakan akal pikiran yang berdasarkan pada kondisi fisik dan

kemampuan teknik yang sudah dimiliki, serta mempertimbangkan kemampuan dan kelemahan-kelemahan lawan untuk melakukan tindakan-tindakan yang sesuai dengan peraturan yang berlaku agar dapat mencapai kemenangan dalam bertanding.

d) **Kematangan mental**

Mental adalah keseluruhan struktur dan proses kejiwaan yang terorganisasi, baik disadari maupun yang tidak disadari.

e) **Kerjasama**

Dalam suatu proses pembinaan prestasi olahraga, kerjasama antar semua komponen yang saling berkaitan harus terjalin dengan baik, agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai.

f) **Pengalaman**

Pengalaman adalah sesuatu yang didapat oleh seseorang sewaktu melakukan suatu kegiatan/pekerjaan.

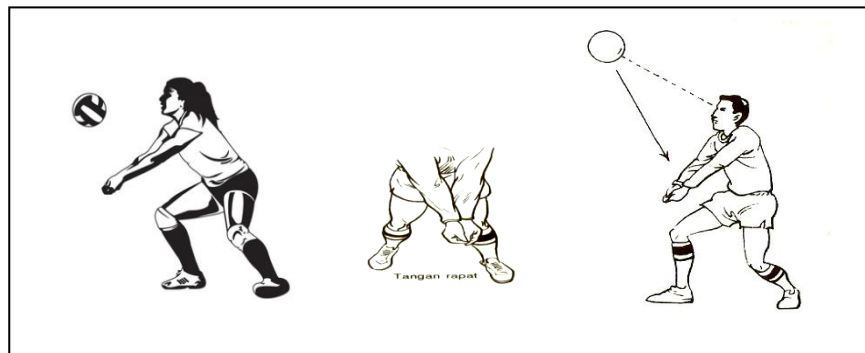
#### **2.1.4 Pembelajaran Pasing Bawah Bola Voli**

Sesuai dengan kehendak peneliti yang berkeinginan untuk mengambil topik permasalahan penelitian dibidang teknik passing bawah bolavoli, maka disini akan dijelaskan secara lebih rinci mengenai pengertian passing bawah bolavoli berikut hal-hal yang berkaitan seputar passing bawah. Passing adalah upaya seorang pemainbolavoli dengan suatu teknik dan gerakan tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman satu regunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Passing juga dapat digunakan sebagai set-up atau umpan, yaitu suatu usaha seorang pemain bolavoli dengan menggunakan teknik tertentu yang memiliki



tujuan menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman satu regu, sehingga dapat dilakukan serangan (smash) terhadap regu lawan.

Sedangkan pasing bawah menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu ataupun dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari pasing bawah bolavoli antara lain adalah untuk menerima bola servis, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpental keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba.



Gambar 1. Pasing Bawah Bola voli

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) teknik-teknik pasing bawah terdiri dari beberapa tahapan, antara lain adalah:

1) Persiapan

- a) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
- b) Genggam jemari tangan
- c) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
- d) Tekuk lutut dan tahan tubuh dalam posisi rendah

- e) Bentuk landasan dengan lengan
- f) Sikut dikunci
- g) Lengan sejajar dengan paha
- h) Pinggang lurus
- i) Pandangan ke arah bola

2) Pelaksanaan

- a) Terima bola didepan badan
- b) Kaki sedikit diulurkan
- c) Berat badan dialihkan ke depan
- d) Pukul bola menjauhi badan
- e) Pinggul bergerak ke depan
- f) Perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan bola pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku.

3) Gerakan lanjutan

- a) Jari tangan tetap digenggam
- b) Sikut tetap dikunci
- c) Landasan mengikuti bola menuju sasaran
- d) Pindahkan berat badan menuju sasaran
- e) Perhatikan bola yang bergerak menuju sasaran

Sedangkan kesalahan-kesalahan umum yang sering terjadi pada waktu pelaksanaan teknik passing bawah antara lain (Nuril Ahmadi, 2007: 24):

- 1) Lengan ditekuk pada bagian siku, sehingga lengan bagian pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dengan arah yang kadang tidak tentu.
- 2) Terlalu banyak gerakan lengan pukul ke depan dibandingkan dengan gerakan ke atas, sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak 90°.
- 3) Bola jatuh pada telapak tangan.
- 4) Kedua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- 5) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan dan kaki.
- 6) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif sehingga bola melenceng terlalu jauh.
- 7) Kurang menekuk lutut pada langkah persiapan pelaksanaan.
- 8) Persentuhan bola dengan lengan bawah terhambat (lebih tinggi dari dada) sehingga arah bola ke atas belakang dan tidak sesuai dengan tujuan pasing.
- 9) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan menggunakan pasing atas, diambil dengan pasing bawah.
- 10) Terlambat melangkah ke samping, ke depan atau ke belakang sehingga posisi bola tidak begitu menguntungkan apabila di pasing.
- 11) Pemain malas melakukan pasing atas terutama pada wanita setelah menguasai teknik pasing bawah.
- 12) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan arah datangnya bola (cepat, lambat dan berputarnya bola).
- 13) Lengan pemukul digerakkan dua kali.
- 14) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

### 2.1.5 Pengertian Bermain

Bermain adalah suatu aktivitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional (Ismail, 2009: 1). Permainan memiliki peranan yang sangat penting bagi pembelajaran khususnya di ranah sekolah dasar, hal ini dikarenakan permainan mempunyai nilai-nilai yang penting yang sangat berhubungan dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang pada umumnya masih senang dengan permainan. Didalam jiwa anak yang bermain akan tumbuh rasa kebersamaan dan rasa sosial, sehingga ia akan dapat memahami dan menghargai diri sendiri dan temannya.

Permainan memiliki peranan yang sangat penting bagi pembelajaran khususnya di ranah Sekolah Dasar, hal ini dikarenakan permainan mempunyai nilai-nilai yang penting yang sangat berhubungan dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar yang pada umumnya masih senang dengan permainan. Menurut Sukintaka (1992: 37), nilai-nilai permainan diantaranya adalah :

- 1) Memiliki suasana yang kondusif untuk melaksanakan pendidikan.
- 2) Permainan memenuhi kebutuhan anak dalam pertumbuhan dan perkembangan.
- 3) Permainan mampu membangkitkan rasa kemauan anak.
- 4) Permainan merupakan pembentuk rasa sosial.
- 5) Dengan permainan akan menghilangkan rasa enggan terhadap guru, sehingga terjadi hubungan yang akrab antara guru dengan murid.
- 6) Permainan merupakan pemenuhan kebutuhan sosial.

Menurut Badrut Tamam (2009: 1), pendekatan bermain pada umumnya diberikan untuk anak prasekolah, taman kanak-kanak, dan anak usia SD. Pendekatan dengan cara bermain dirasa efektif karena dapat meningkatkan kemampuan kognitif, memenuhi perasaan ingin tahu, kemampuan inovatif, kritis, dan kreatif, juga membantu mengatasi perasaan bimbang dan tertekan. Dengan merancang pelajaran tertentu untuk dilakukan sambil bermain, anak belajar sesuai tuntutan taraf perkembangannya.

Menurut Hafiz (2010: 1), kelebihan dan kekurangan pendekatan bermain adalah sebagai berikut:

1) Kelebihan pendekatan bermain

- a) Dapat berkesan dengan kuat dan tahan lama dalam ingatan siswa.  
Disamping permainan yang menyenangkan dan sulit dilupakan.
- b) Sangat menarik bagi siswa, sehingga memungkinkan kelas menjadi dinamis dan penuh antusias.
- c) Membangkitkan gairah dan semangat optimisme dalam diri siswa serta menumbuhkan rasa kebersamaan dan sosial yang tinggi.

2) Kekurangan pendekatan bermain

- a) Bermain memerlukan waktu relatif panjang atau banyak
- b) Kreativitas dan daya kreasi yang tinggi dari pihak guru maupun murid.  
Dan tidak semua guru memilikinya.
- c) Tidak semua materi pelajaran bisa dilakukan dengan pendekatan ini.

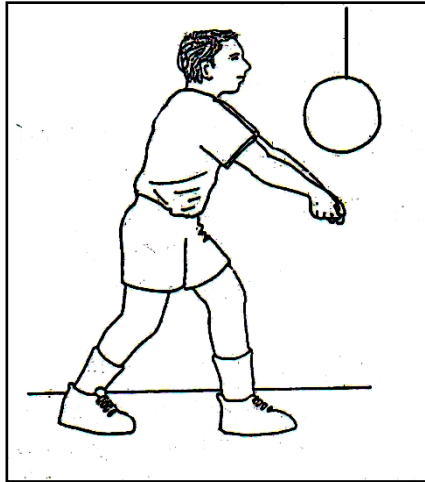
Berdasarkan penjelasan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani

yang dapat diberikan di prasekolah, taman kanak-kanak, dan SD untuk suatu kegiatan yang menyenangkan. Selain itu, dengan mengetahui manfaat bermain, diharapkan guru dapat melahirkan ide mengenai cara memanfaatkan kegiatan bermain untuk mengembangkan bermacam-macam aspek perkembangan siswa pada olahraga atletik khususnya lompat jauh. Pendekatan bermain tersebut dapat diterapkan dalam proses pembelajaran lompat jauh yaitu dengan memberikan bentuk bermain terlebih dahulu sebelum evaluasi.

#### **2.1.6 Pembelajaran Pasing Bawah Melalui Permainan Bola Gantung**

Pada permainan bola gantung ini dapat melatih teknik dasar dan kemampuan passing bawah. Peralatan yang digunakan dalam permainan ini adalah tiang atau gawang yang tingginya  $\pm 2$  meter, bola voli, dan tali untuk menggantung bola. Aturan permainan :

- 1) Anak-anak dibariskan menjadi 4 syaf.
- 2) Tugas setiap anak adalah memukul-mukul bola yang digantung pada tiang dengan sikap passing bawah.
- 3) Setiap anak melakukan passing bawah selama waktu yang telah ditentukan.
- 4) Setelah selesai kemudian kembali ke barisannya masing-masing dan berdiri pada barisan paling belakang.
- 5) Semua anak bergantian melakukan passing bawah dengan menggunakan bola gantung.



Gambar 2. Permainan pasing bawah dengan bola gantung

### 2.1.7 Kerangka Berpikir

Kurikulum 2013 untuk mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dibuat untuk membekali peserta didik dengan kemampuan sikap yang baik spiritual yang baik, sikap sosial yang baik, pengetahuan yang baik dan mempunyai ketrampilan yang baik. Sehingga peran guru sangatlah penting untuk mengantar proses menuju tujuan pembelajaran yang sudah ditetapkan. Hal tersebut seorang guru harus bisa kreatif, modifikatif dalam melaksanakan proses pembelajaran agar menumbuhkan minat, motivasi dan mendapatkan hasil yang maksimal dalam pembelajaran penjasokes di SD.

Bola voli bukanlah olahraga *instan*, artinya memerlukan waktu yang lama untuk benar-benar dapat menguasai berbagai macam teknik dalam permainan tersebut. Dalam pembelajaran pembelajaran pasing bawah diperlukan komunikasi atau arahan yang tepat dari guru kepada siswa supaya teknik dasar dapat dikuasai dengan baik dan mendapatkan hasil yang maksimal.

Selama ini metode pembelajaran yang diterapkan pendidik untuk mempelajari bolavoli terkesan belum mampu untuk meningkatkan kemampuan pemahaman peserta didik mengenai teknik-teknik dasar bolavoli. Oleh karena itu, agar siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan semangat dan dapat memahami materi, guru dituntut harus kreatif dalam memberikan materi kepada siswa. Salah satu pembelajaran bolavoli yang dirasa sesuai untuk siswa usia sekolah dasar adalah pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain. Pembelajaran bolavoli menggunakan metode bermain dirasa sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar karena pada umumnya siswa pada usia ini masih senang akan permainan.

Dengan menggunakan pendekatan bermain, partisipasi dan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran pasing bawah pada bolavoli untuk lebih bersemangat dan menyenangkan, sehingga akan tercapai semua tujuan pendidikan yang telah direncanakan dan diinginkan.

## **2.2.Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan kajian teoritis di atas, hipotesis tindakan dalam penelitian ini adalah dengan melalui pembelajaran bola gantung dapat meningkatkan kualitas pembelajaran Penjasorkes bola voli pasing bawah dan akan meningkatkan hasil belajar siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Laranganluwok, Kecamatan Bejen, Kabupaten Temanggung.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

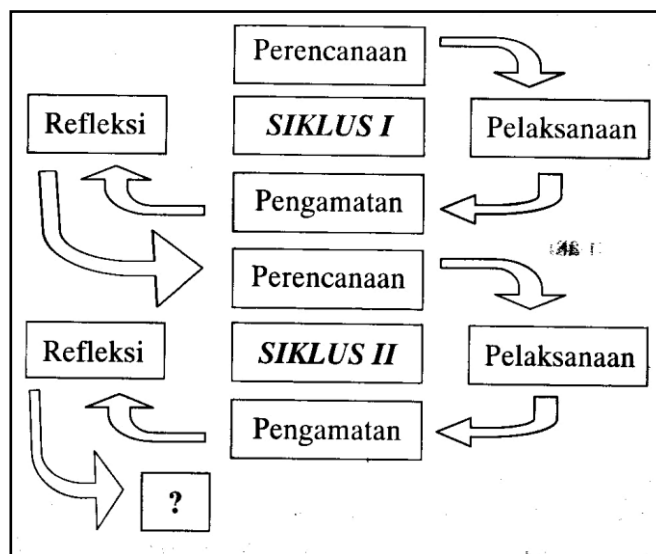
#### **3.1. Desain Penelitian**

Penelitian yang akan dilaksanakan ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*), yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat (Wardhani, 2007 : 1.4).

Desain yang digunakan didalam penelitian tindakan kelas ini adalah desain yang dikemukakan oleh Arikunto. Menurut Arikunto (2009 : 20), ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Keempat tahapan dalam penelitian tindakan tersebut akan membentuk sebuah siklus, jadi satu siklus dimulai dari tahap perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung pada masih atau tidaknya tindakan tersebut diperlukan, selain itu juga tergantung pada permasalahan pembelajaran yang perlu dipecahkan.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan suatu pencermatan kegiatan yang sengaja dilaksanakan dalam sebuah kelas yang sama, dilakukan oleh guru secara kolaborasi dan bertujuan untuk memperbaiki keadaan ke arah yang lebih baik. Penelitian ini diharapkan dapat memecahkan permasalahan yang dihadapi guru sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar dan tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. Melalui pendekatan penelitian tindakan kelas ini permasalahan yang dirasakan dan ditemukan oleh

guru dan siswa dapat dicarikan solusinya. Secara keseluruhan keempat tahapan dalam PTK ini membentuk suatu siklus PTK yang digambarkan dalam bentuk spiral. Untuk mengatasi masalah mungkin diperlukan lebih dari satu siklus, siklus tersebut saling terkait dan berkelanjutan.



Gambar 3. Desain Penelitian Tindakan Kelas (Arikunto, 2009:16)

Desain yang dipergunakan dalam penelitian ini dapat dijabarkan seperti dibawah ini :

#### 1) Perencanaan

Dalam tahap ini, peneliti menjelaskan mengenai apa, kapan, di mana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan. Dalam tahap menyusun rancangan ini, peneliti menentukan titik atau fokus peristiwa yang perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diamati, kemudian membuat sebuah instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama penelitian berlangsung.

## 2) Pelaksanaan Tindakan

Dalam tahap pelaksanaan tindakan ini, dilakukan implementasi atau penerapan isi rancangan yang sudah disusun dalam tahap perencanaan. Dalam hal ini, peneliti harus ingat dan selalu menaati apa yang sudah disusun pada tahap perencanaan.

## 3) Pengamatan

Pada bagian pengamatan, dilakukan perekaman data yang meliputi proses dan hasil dari pelaksanaan kegiatan. Tujuan dilakukannya pengamatan adalah untuk mengumpulkan bukti hasil tindakan agar dapat dievaluasi dan dijadikan landasan dalam melakukan refleksi.

## 4) Refleksi

Pada tahap ini merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Kegiatan ini dilakukan setelah peneliti selesai melakukan tindakan dan dilakukan bersama dengan observer. Pada bagian refleksi dilakukan analisis data mengenai proses, masalah, dan hambatan yang dijumpai. Kemudian dilanjutkan dengan refleksi terhadap dampak pelaksanaan tindakan yang dilaksanakan.

### 3.2. Subyek Penelitian

Subyek Penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas V SD Negeri Laranganluwok Tahun Pelajaran 2014/2015, jumlah siswa sebanyak 16 siswa.

### 3.3. Obyek Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006 : 118). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam

penelitian ini yaitu permainan bola gantung. Sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar pasing bawah bola voli.

### **3.4. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Laranganluwok dengan pertimbangan dalam menentukan lokasi penelitian antara lain peneliti adalah guru Penjasorkes di SD Negeri Laranganluwok, Kecamatan Bejen, Kabupaten Temanggung yang secara langsung mengalami permasalahan tentang pembelajaran bola voli, dalam hal ini khususnya mengenai teknik pasing bawah.

### **3.5. Waktu Penelitian**

Penelitian ini direncanakan akan dilaksanakan pada semester II Tahun Pelajaran 2013/2014. Pengambilan data akan dilaksanakan pada tanggal 28 mei sampai 04 Juni tahun 2014.

### **3.6. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan oleh guru sebagai peneliti selama proses pelaksanaan tindakan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengamatan (observasi) oleh pakar Arif Setiawan S.Pd dan Bayu Widodo S.Pd serta tes praktik siswa.

### **3.7. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen observasi dan tes praktik siswa, Selengkapnya di lampiran 8-9.

#### **1) Observasi**

Menurut Wardhani (2007: 2.25), metode observasi terstruktur adalah jenis observasi yang menggunakan instrumen-instrumen observasi yang sudah

tersusun sebelumnya dan siap dipakai sehingga pengamat lebih mudah didalam menggunakannya. Data yang diambil dengan metode observasi ini berupa pelaksanaan tindakan saat pembelajaran. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti menggunakan dua jenis lembar pengamatan. yaitu lembar pengamatan untuk guru dan lembar pengamatan untuk siswa. Lembar observasi yang digunakan tercantum dalam lampiran.

## **2) Tes Praktik**

Menurut Permendiknas No. 22 Tahun 2006, tes praktik atau perbuatan adalah teknik penilaian hasil belajar yang menuntut peserta didik mendemonstrasikan kemahirannya atau menampilkan hasil belajarnya dalam bentuk unjuk kerja. Tes diberikan pada akhir pembelajaran setiap siklus. Tujuan dilaksanakan tes ini adalah untuk menunjukkan hasil belajar yang dicapai pada setiap akhir pembelajaran dan mengetahui ada tidaknya peningkatan hasil belajar pasing bawah melalui permainan bola gantung. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Pasing Bawah tercantum dalam lampiran.

### **3.8. Indikator Keberhasilan Tindakan**

Indikator keberhasilan tindakan dalam penelitian ini adalah meningkatnya proses pembelajaran pasing bawah pada bolavoli melalui permainan bola gantung yang dapat dilihat pada perolehan nilai siswa kelas V secara individual yang didasarkan pada Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yaitu 75 dan didukung dengan perolehan nilai ketuntasan secara klasikal, yaitu 80%. Adapun kriteria ketuntasan minimal SD Negeri Laranganluwok sebagai berikut :

Tabel 1. Kriteria Ketuntasan Belajar

No	Rentang Nilai	Kriteria	Tingkat Ketuntasan
1	$\geq 80$	Sangat baik	Tuntas
2	75 – 80	Baik	Tuntas
3	70 – 74	Cukup	Belum tuntas
4	$\leq 70$	Kurang	Belum tuntas

### 3.9. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam menentukan tingkat keberhasilan siswa setelah proses belajar mengajar dilakukan dengan cara memberikan evaluasi pada setiap akhir siklus. Analisis dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

#### a) Ketuntasan Belajar Secara Individual

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Skore yang diperoleh siswa}}{\text{Skore maksimum}} \times 100$$

#### b) Ketuntasan Belajar Secara Klasikal.

$$\text{Persentase ketuntasan belajar} = \frac{\text{Jumlah siswa tuntas belajar}}{\text{Jumlah siswa}} \times 100\%$$

(Daryanto, 2011:192).

### 3.10. Rencana Penelitian

Didalam penelitian tindakan kelas ini tentunya peneliti tidak bisa memastikan berapa jumlah siklus yang akan dilaksanakan, karena hal ini tergantung dari hasil yang diperoleh dari setiap siklusnya. Apabila dalam suatu siklus sudah berhasil maka penelitian sudah dapat dinyatakan selesai, akan tetapi

apabila dalam siklus tersebut masih belum tercapai tujuan yang dikehendaki maka siklus dapat ditambah lagi sampai proses pembelajaran dinyatakan berhasil. Dalam penelitian ini setiap siklusnya terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi atau pengamatan dan terakhir refleksi dengan menyimpulkan laporan hasil dari penelitian.

## **1. Perencanaan Tindakan**

### **a. Siklus I**

Perencanaan merupakan suatu tindakan yang dikerjakan sebelum pelaksanaan penelitian guna menyusun mengenai hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan didalam suatu penelitian. Pada tahap perencanaan ini, peneliti menentukan teman sejawat yang akan membantu sebagai kolabolator selama tindakan berlangsung. Kolabolator dalam penelitian ini berjumlah 2 orang, yang kesemuanya adalah guru pendidikan jasmani dari sekolah lain. Legalitas dari para kolabolator ini dibuktikan dengan jenjang pendidikan yang relevan dengan bidang yang digelutinya serta pengalaman mengajar yang sudah cukup lama. Langkah-langkah yang dilakukan dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Peneliti bersama observer, yang dalam hal ini adalah guru penjaskessekolah lain mengadakan pertemuan untuk berdiskusi mengenai permasalahan pembelajaran penjas yang terjadi. Diskusi ini antara lain mengenai belum maksimalnya pembelajaran bola voli khususnya mengenai pembelajaran pasing bawah di SDN Laranganluwok yang dikarenakan berbagai faktor penghambat, antara lain; belum pernah digunakannya pendekatan bermain dalam proses pembelajaran bolavoli,

belum digunakannya alat atau sarana yang membantu pembelajaran bola voli dan sebagainya.

- 2) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) tentang materi yang akan diajarkan sesuai dengan model pembelajaran yang digunakan dalam penelitian. RPP disusun oleh peneliti dengan pertimbangan dari para kolaborator. RPP ini digunakan sebagai pedoman guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas.
- 3) Menjelaskan secara rinci kepada observer mengenai model pembelajaran yang akan diterapkan selama proses penelitian beserta strategi yang akan dilakukan dalam pembelajaran pasing bawah ini.
- 4) Mempersiapkan instrumen penelitian berikut sarana dan media pembelajaran yang akan digunakan dalam setiap pembelajaran, seperti bola, tiang, net, dan kelengkapan lainnya. Peneliti bersama dengan guru penjas lain berdiskusi dan bersepakat untuk berbagi tugas. Tugas sebagai pengajar dilakukan oleh peneliti, sedangkan tugas sebagai pengamat dilakukan oleh guru penjas dari SD lain.
- 5) Menjelaskan kepada observer mengenai indikator-indikator keberhasilan pembelajaran pasing bawah.

#### **b. Pelaksanaan Tindakan**

Pada tahap ini guru melaksanakan pembelajaran pasing bawah bolavoli sesuai dengan RPP yang telah dibuat sebelumnya. Pada proses pembelajaran pasing bawah, peneliti yang sekaligus bertugas sebagai guru menyampaikan materi yang sudah dipersiapkan. Sedangkan guru observer melakukan pengamatan terhadap guru sekaligus perilaku siswa selama proses



pembelajaran berlangsung. Pelaksanaan tindakan dimulai dengan persiapan sebelum kegiatan dimulai, yaitu guru mengkondisikan siswa agar siap mengikuti pembelajaran, memimpin berdoa, mengabsen siswa, dan memberikan pemanasan. Kegiatan inti dilakukan dengan memberi permainan menembak sasaran dan permainan bola gantung serta pembelajaran teknik passing bawah. Kegiatan akhir mengadakan tes evaluasi teknik passing bawah. Kemudian ditutup dengan pendinginan dan dibubarkan.

### **c. Pengamatan**

Observasi merupakan kegiatan yang dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan di dalam kelas. Observasi meliputi pengamatan proses tindakan, efek dari tindakan tersebut, hambatan yang ditemui, serta gejala-gejala lain yang timbul. Pada penelitian ini, peneliti dibantu observer untuk melakukan pengamatan dan mencatat segala aktivitas siswa di kelas serta merangkumnya dalam lembar observasi.

### **d. Refleksi**

Refleksi merupakan evaluasi terhadap proses yang terjadi, serta gejala dan hambatan yang muncul selama tindakan, agar peneliti dapat menindaklanjuti dengan upaya perbaikan untuk tindakan pada siklus berikutnya. Pada penelitian ini, refleksi dilakukan dengan menggabungkan pemikiran dan pendapat dari peneliti itu sendiri dan pengamat. Apabila hasil yang diperoleh belum memenuhi indikator keberhasilan, maka hasil dari refleksi ini dijadikan dasar untuk perbaikan pada siklus berikutnya.

## **2. Perencanaan Tindakan**

### **a. Siklus II**

Kegiatan ini merupakan tindak lanjut dari pelaksanaan tindakan dari siklus I. Hasil refleksi dari siklus I merupakan pedoman untuk tindakan pada siklus II. Peneliti melakukan perbaikan dan merencanakan seluruh kegiatan yang akan dilaksanakan pada siklus II. Langkah-langkah yang dilakukan dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1) Identifikasi hal hal yang memerlukan perbaikan berdasarkan observasi pada siklus I.
- 2) Menentukan langkah-langkah perbaikan yang ditentukan dalam RPP.
- 3) Menyiapkan materi pelajaran serta fasilitas dan sarana yang mendukung dalam pelaksanaan pembelajaran..
- 4) Menyusun lembar observasi yang terdiri dari lembar observasi untuk guru dan lembar observasi untuk siswa untuk mengetahui kondisi berlangsungnya proses pembelajaran.
- 5) Menyusun alat evaluasi atau tes.

### **b. Pelaksanaan Tindakan**

Pada tahap ini guru melaksanakan pembelajaran pasing bawah bola voli sesuai dengan RPP yang telah dibuat sebelumnya. Pelaksanaan tindakan dimulai dengan persiapan sebelum kegiatan dimulai, yaitu guru mengkondisikan siswa agar siap mengikuti pembelajaran, memimpin berdoa, mengabsen siswa, dan memberikan pemanasan. Kegiatan inti dilakukan dengan memberi permainan bola gantung dan permainan memvoli berteman serta pembelajaran teknik pasing bawah. Kegiatan akhir mengadakan tes

evaluasi teknik pasing bawah. Kemudian ditutup dengan pendinginan dan dibubarkan.

### **c. Pengamatan**

Pengamatan merupakan kegiatan yang dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan di dalam kelas. Pengamatan dilakukan dalam keseluruhan pembelajaran dari awal sampai akhir pembelajaran. Observasi meliputi pengamatan proses tindakan, efek dari tindakan tersebut, hambatan yang ditemui, serta gejala-gejala lain yang timbul. Pada penelitian ini, peneliti dibantu observer untuk melakukan pengamatan dan mencatat segala aktivitas siswa serta merangkumnya dalam lembar observasi.

### **d. Refleksi**

Pada tahap ini diawali dengan diskusi antara pelaksana tindakan dengan observer untuk membahas tentang hasil observasi dan tes siswa pada siklus II. Kegiatan ini untuk menemukan kelebihan dan kekurangan pada pelaksanaan siklus II. Dalam siklus II ini diharapkan permasalahan yang dihadapi dapat di pecahkan, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar, aktivitas belajar siswa meningkat, dan kemampuan siswa juga meningkat, serta tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan dapat tercapai.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa Pembelajaran pasing bawah bola voli dengan bola gantung meningkatkan hasil belajar siswa dalam melaksanakan pasing bawah.

#### **5.2 Saran**

Modifikasi pembelajaran bola voli pasing bawah dengan bola gantung sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bentuk pembelajaran permainan bola voli untuk siswa SD. Saran yang dapat disampaikan berkaitan dengan pemanfaatan produk adalah : Bagi guru Penjasorkes di SD dapat menggunakan model pembelajaran bola voli pasing bawah dengan bola gantung ini di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andang Ismail. (2009). *Pengertian Bermain*. <http://belajarpsikologi.com/metode-permainan-dalam-pembelajaran> / [diakses 22 Juli 2014]
- A. Sarumpaet. (1991). *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Badrut Tamam. (2009). *Blowing Balloon Tingkatkan Konsentrasi Anak Autis* <http://www.mutiara-hati.com/artikel/blowing-balloon-tingkatkan-konsentrasi-anak-autis> Diakses pada tanggal 22 Juli 2014
- Buku Buku Guru kelas 5 Kurikulum 2013 Tema 2 (2013) Kemendikbud RI*
- Buku Siswa kelas 5 Kurikulum 2013 Tema 2 (2013) Kemendikbud RI*
- Dewa Ketut Sukardi. (1994). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Aksara Baru
- IGAK Wardhani, dkk. (2007). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Kartini Kartono. (1996). *Psikologi Umum*. Bandung: CV. Mandar Maju
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama
- Oemar Hamalik. (2008). *Kurikulum Dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- PBVS I. (2005). *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: PP. PBVS I
- Rochiati W. (2009). *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Silabus Kurikulum 2013 Kecamatan Bejen*
- Slameto. (1991). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Soegiyono. (2008) *Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Jakarta
- Suharsimi Arikunto, Suhardjono & Supardi. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Angkasa
- Sukintaka. (1983). *Permainan dan Metodik: Untuk SGO*. Jakarta: Depdikbud Percetakan Negara RI

## Lampiran 1



KEPUTUSAN  
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Nomor : 591 / PK / 2012

## Tentang

**PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP  
TAHUN AKADEMIK 2011/2012**

- |               |   |
|---------------|---|
| Menimbang     | : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing. |
| Mengingat     | : 1. SK Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;<br>2. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;<br>3. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)   |
| Memperhatikan | : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Tanggal 26 April 2012   |

**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan  
PERTAMA :
- Menunjuk dan mengugaskan kepada :
1. Nama : Drs. Musyafari Waluyo, M.Kes.  
NIP : 194905071975031001  
Pangkat/Golongan : III/c - Penata  
Jabatan Akademik : Lektor  
Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 197508252008121001  
Pangkat/Golongan : III/b - Penata Muda Tk. I  
Jabatan Akademik : Asisten Ahli  
Sebagai Pembimbing II
- Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
- Nama : BUNDAN ARIBOWO  
NIM : 6102910172  
Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani,  
Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan  
Jasmani Sekolah Dasar)
- Topik : MENINGKATKAN KEMAMPUAN DAN MINAT SISWA  
TENTANG PEMBELAJARAN SEPAK TAKRAW DENGAN  
MENGUNAKAN MODIFIKASI ALAT PADA SISWA  
KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI 1 JLEGONG  
KECAMATAN BEJEN KABUPATEN TEMANGGUNG  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012
- KEDUA :
- Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

DITETAPKAN DI : SEMARANG  
PADA TANGGAL : 26 April 2012  
DEKAN

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.  
NIP. 195910191985031001

- Tembusan  
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik  
2. Ketua Jurusan  
3. Dosen Pembimbing  
4. Peringgal



Lampiran 2



**PEMERINTAH KABUPATEN TEMANGGUNG  
DINAS PENDIDIKAN  
UNIT PELAKSANA TEKNIS KECAMATAN BEJEN  
SD NEGERI LARANGANLUWOK**

Alamat : Dsn Biting, Ds Laranganluwok, Kec. Bejen, Kab. Temanggung

## **SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421.2 / 3 / 2015

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Drs. SUMEDIYONO**  
NIP : 19571121 198012 1 003  
Jabatan : Kepala SD Negeri Laranganluwok, Kecamatan Bejen  
Kabupaten Temanggung

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **BUNDAN ARIBOWO**  
NIM : 6102910172  
Jabatan : Mahasiswa FIK UNNES Jurusan PJKR Prodi S1 PGPJSD

Telah mengadakan penelitian di SD Negeri Laranganluwok pada tanggal 28 Mei 2014 dan 04 Juni 2014 dengan judul : **“UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN BOLA VOLI PASING BAWAH DENGAN BOLA GANTUNG PADA SISWA KELAS V SD NEGERI LARANGANLUWOK TAHUN AJARAN 2013/2014”**.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Bejen, 06 Juni 2014

Kepala SD Negeri Laranganluwok



**Drs. SUMEDIYONO**

NIP. 19571121 198012 1 003

## Lampiran 3

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN****(SIKLUS I)**

Nama Sekolah : SD Negeri Laranganlowok  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : V/II  
 Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (4 jam pelajaran)

**Standar Kompetensi**

1. Mempraktekkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi Dasar**

2. Mempraktekkan kombinasi gerak dasar permainan bola voli; memantulkan dan mengontrol bola dengan kombinasi yang baik dalam permainan sederhana serta nilai-nilai kerjasama, toleransi, tanggung jawab, menghargai lawan atau diri sendiri dan berbagi tempat dan peralatan dalam bermain.

**Indikator**

1. Aspek Psikomotor  
Mempu melakukan teknik dasar bola voli (pasing bawah).
2. Aspek Afektif  
Percaya diri, keberanian, bersedia diberbagai tempat dan peralatan dalam melaksanakan tugas gerak.
3. Aspek Kognitif  
Siswa mengetahui teknik dasar bola voli (pasing bawah) dan bisa melakukannya.



Lanjutan lampiran 3

**A. Tujuan Pembelajaran**

Siswa dapat melakukan teknik dasar bola voli (pasing bawah) dengan benar.

**B. Materi Pembelajaran**

Bola voli (pasing bawah)

**C. Metode Pembelajaran**

1. Demonstrasi
2. Permainan
3. Komando
4. Latihan
5. Evaluasi

**D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

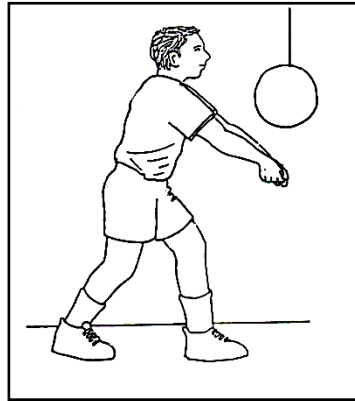
1. Pendahuluan (15 menit)
  - a) Siswa dibariskan, dihitung kemudian dipimpin berdoa
  - b) Apersepsi, pemberian motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran
  - c) Pemberian contoh pemanasan
2. Kegiatan Inti (100 menit)
  - a. Permainan
    - 1) Permainan I (menembak ke dalam sasaran)
      - a) Guru membuat lingkaran menggunakan kapur diatas tanah/lantai yang besarnya cukup apabila ditempati anak-anak yang nantinya akan menjadi sasaran lempar bagi anak-anak yang kalah.
      - b) Guru mengundi kelas untuk menentukan siapa yang menang dan siapa yang kalah

### Lanjutan lampiran 3

- c) Kelompok yang kalah terdiri dari 2 anak, sedangkan sisanya sebagai kelompok pemenang masuk kedalam lingkaran yang telah dibuat
  - d) Peraturan permainannya adalah; bagi anak kelompok kalah saling bekerjasama untuk melempar bola ke dalam lingkaran (sasaran) sehingga nantinya akan mengenai anak yang berada didalam lingkaran (kelompok menang). Lemparan dilakukan menggunakan lemparan bawah dan bukan lemparan atas serta tidak diperbolehkan mengenai kepala. Bagi anak di dalam lingkaran yang terkena bola harus keluar dari lingkaran dan bergabung dengan kelompok yang kalah, anak tersebut harus membantu kelompok yang kalah untuk menembak ke dalam sasaran. Anak yang terakhir berada didalam lingkaran dinyatakan sebagai pemenang.
- 2) Permainan II ( permainan bola gantung )
- a) Kelas dibagi dalam 4 kelompok dengan posisi berbanjar kebelakang.
  - b) Tugas setiap anak adalah memukul-mukul bola yang digantung pada tiang dengan sikap pasing bawah.
  - c) Aturan main; anak yang berada pada posisi paling depan memulai melakukan pasing bawah dibawah tiang. Setiap anak melakukan pasing bawah selama waktu yang telah ditentukan. Setelah selesai kemudian kembali ke barisannya masing-masing dan berdiri pada

### Lanjutan lampiran 3

barisan paling belakang. Semua anak bergantian melakukan pasing bawah dengan menggunakan bola gantung.



#### b. Teknik pasing bawah

##### 1. Persiapan

- j) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
- k) Genggam jemari tangan
- l) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
- m) Tekuk lutut dan tahan tubuh dalam posisi rendah
- n) Bentuk landasan dengan lengan
- o) Sikut dikunci
- p) Lengan sejajar dengan paha
- q) Pinggang lurus
- r) Pandangan ke arah bola

##### 2. Pelaksanaan

- a) Terima bola didepan badan
- b) Kaki sedikit diulurkan
- c) Berat badan dialihkan ke depan
- d) Pukul bola menjauhi badan
- e) Pinggul bergerak ke depan

### Lanjutan lampiran 3

- f) Perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan bola pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku.

### 3. Gerak lanjutan

- f) Jari tangan tetap digenggam
- g) Sikut tetap dikunci
- h) Landasan mengikuti bola menuju sasaran
- i) Pindahkan berat badan menuju sasaran
- j) Perhatikan bola yang bergerak menuju sasaran

### 3. Penutup (15 menit)

Siswa dibimbing untuk melakukan pendinginan kemudian setelah itu dihitung, evaluasi akhir, berdoa dan dibubarkan

## **E. Alat Dan Sumber Bahan**

### 1. Alat

- a) Bola voli
- b) Peluit
- c) Penghitung waktu
- d) Tiang atau gawang
- e) Tali

### 2. Sumber Pembelajaran

- a) Silabus kurikulum 2006
- b) Buku Penjasorkes Kelas V

Lanjutan lampiran 3

## F. Penilaian

Contoh Tabel Penilaian Tes Bola Voli (Pasing Bawah )

No	Nama	Skor			Jumlah	Nilai	Ket
		Tahap Persiapan (1 – 4)	Tahap Pelaksanaan (1 – 4)	Gerak Lanjutan (1 – 4)			

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{jumlah skor perolehan}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

### Kriteria Ketuntasan Belajar

No	Rentang Nilai	Kriteria	Tingkat Ketuntasan
1	$\geq 80$	Sangat baik	Tuntas
2	75 – 80	Baik	Tuntas
3	70 – 74	Cukup	Belum tuntas
4	$\leq 70$	Kurang	Belum tuntas

Mengetahui  
Kepala Sekolah



**Drs. SUMEDIYONO**  
NIP. 19571121 198012 1 003

Laranganluwok, 28 Mei 2014

Guru Penjaskes

**BUNDAN ARIBOWO**  
NIP. 19790207 200604 1 007

## Lampiran 4

**LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK GURU**  
**SIKLUS I**

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 28 Mei 2014  
 Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Arif Setiawan, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

## Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topik dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami		√		
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan tehnik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai.			√	
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,		√		
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menguasai kelas dengan baik.			√	
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu.			√	

## Lanjutan lampiran 4

7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual.		√		
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut.			√	
<b>JUMLAH SKOR</b>		<b>21 (BAIK)</b>			

## Keterangan:

- 1) Skor 8 – 16, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 17 – 24, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 25 - 32, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 1


**Arif Setiawan, S.Pd**

NIP. 19860104 200604 1 013

Lanjutan lampiran 4

### LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK GURU SIKLUS I

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 28 Mei 2014  
Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Bayu Widodo, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

#### Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topik dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami		√		
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan tehnik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai.			√	
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,		√		
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menguasai kelas dengan baik.		√		
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu.		√		




## Lanjutan lampiran 4

7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual.		√		
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut.		√		
<b>JUMLAH SKOR</b>			<b>24 (BAIK)</b>		

## Keterangan:

- 1) Skor 8 – 16, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 17 – 24, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 25 - 32, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 2



**Bayu Widodo, S.Pd**

## Lampiran 5

**LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK SISWA****SIKLUS I**

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 28 Mei 2014  
 Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Arif Setyawan, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

**Kriteria Penilaian**

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		1	2	3	4
a. Aspek Kognitif					
1	Memahami peraturan permainan			√	
2	Kemampuan siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan		√		
3	Memahami teknik pasing bawah			√	
b. Aspek Afektif					
1	Memperhatikan dan konsentrasi pada penjelasan guru		√		
2	Aktif dan semangat dalam mengikuti pembelajaran				√
3	Percaya diri dalam pembelajaran			√	
c. Aspek Psikomotor					
1	Dapat melakukan permainan yang dijelaskan oleh guru			√	
2	Dapat melakukan gerakan pasing bawah		√		
3	Dapat melakukan tes evaluasi pasing bawah				√
4	Aktif bermain selama permainan berlangsung			√	
JUMLAH SKOR		29 (BAIK)			

Lanjutan lampiran 5

- 1) Skor 10 - 20, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 21 - 30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 31 - 40, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 1



**Arif Setiawan, S.Pd**

NIP. 19860104 200604 1 013

Lanjutan lampiran 5

**LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK SISWA**  
**SIKLUS I**

Sekolah : SDN Laranganluwok Hari,tanggal : Kamis, 28 Mei 2014

Kelas / Smt : V / 2 Pengamat : Bayu Widodo, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

**Kriteria Penilaian**


- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		1	2	3	4
a. Aspek Kognitif					
1	Memahami peraturan permainan			√	
2	Kemampuan siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan		√		
3	Memahami teknik pasing bawah		√		
b. Aspek Afektif					
1	Memperhatikan dan konsentrasi pada penjelasan guru		√		
2	Aktif dan semangat dalam mengikuti pembelajaran			√	
3	Percaya diri dalam pembelajaran			√	
c. Aspek Psikomotor					
1	Dapat melakukan permainan yang dijelaskan oleh guru			√	
2	Dapat melakukan gerakan pasing bawah			√	
3	Dapat melakukan tes evaluasi pasing bawah			√	
4	Aktif bermain selama permainan berlangsung			√	
JUMLAH SKOR		27 (BAIK)			

Lanjutan lampiran 5

Keterangan :

- 1) Skor 10 - 20, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 21 - 30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 31 - 40, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 2  
  
**Bayu Widodo, S.Pd**

## Lampiran 6

### HASIL UNJUK KERJA PASING BAWAH KELAS V SIKLUS I

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 28 Mei 2014

Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Arif Setiawan, S.Pd

No	Nama	Skor			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Tahap Persiapan	Tahap Pelaksanaan	Gerak Lanjutan			
1	Riris Yudi Saputro	2	2	3	7	58	TT
2	Safri Samsudin	3	3	3	9	75	T
3	Anisa Windarni P	3	2	3	8	67	TT
4	Adela Puspitasari	3	4	3	10	83	T
5	Bayu Setiyono	3	3	4	10	83	T
6	Deva Dwi Saputro	3	4	3	10	83	T
7	Enggar Juni Listria	3	4	3	10	83	T
8	Lilis Rina Mita	3	2	3	8	67	TT
9	Putri Nurdiyanti	3	2	3	8	67	TT
10	Riyana Rafsanjani	3	3	4	10	83	T
11	Rehan Sandi S	3	3	3	9	75	T
12	Senia Arta Niasari	3	4	3	10	83	T
13	Tri Juni Arti	3	3	4	10	83	T
14	Veronica Wulan A	2	3	4	9	75	T
15	Reyga Ragil Saputra	2	3	3	8	67	TT
16	Salsabila Siti M	4	3	3	10	83	T
Jumlah						1217	100%
Rata-rata						76	

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{jumlah skor perolehan}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Nilai tertinggi : 83

Nilai terendah : 58

Nilai Rata-rata : 76

Lanjutan lampiran 6

Jumlah siswa tuntas	: 11 siswa
Jumlah siswa belum tuntas	: 5 siswa
Prosentase siswa tuntas	: 67,75%
Prosentase siswa belum tuntas	: 31,25%

Observer



**Arif Setiawan, S.Pd**

NIP. 19860104 201001 1 013

## Lampiran 7

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN****(SIKLUS II)**

Nama Sekolah : SD Negeri Laranganlowok

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : V / II

Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (4 jam pelajaran)

**Standar Kompetensi**

1. Mempraktekkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi Dasar**

2. Mempraktekkan kombinasi gerak dasar permainan bola voli; memantulkan dan mengontrol bola dengan kombinasi yang baik dalam permainan sederhana serta nilai-nilai kerjasama, toleransi, tanggung jawab, menghargai lawan atau diri sendiri dan berbagi tempat dan peralatan dalam bermain.

**Indikator**

1. Aspek Psikomotor  
Mempu melakukan teknik dasar bola voli (pasing bawah).
2. Aspek Afektif  
Percaya diri, keberanian, bersedia diberbagai tempat dan peralatan dalam melaksanakan tugas gerak.
3. Aspek Kognitif  
Siswa mengetahui teknik dasar bola voli (pasing bawah) dan bisa melakukannya.



Lanjutan lampiran 7

**A. Tujuan Pembelajaran**

Siswa dapat melakukan teknik dasar bola voli (pasing bawah) dengan benar.

**B. Materi Pembelajaran**

Bola voli (pasing bawah)

**C. Metode Pembelajaran**

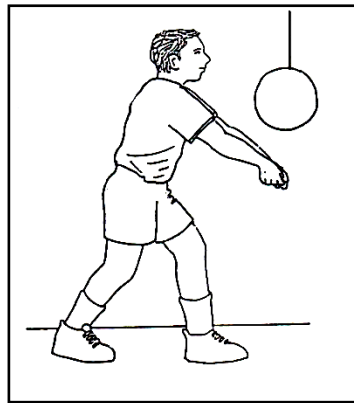
1. Demonstrasi
2. Permainan
3. Komando
4. Latihan
5. Evaluasi

**D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

1. Pendahuluan (15 menit)
  - a) Siswa dibariskan, dihitung kemudian dipimpin berdoa
  - b) Apersepsi, pemberian motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran
  - c) Pemberian contoh pemanasan
2. Kegiatan Inti (100 menit)
  - a. Permainan
    - 1) Permainan II ( permainan bola gantung )
      - a) Kelas dibagi dalam 4 kelompok dengan posisi berbanjar ke belakang.
      - b) Tugas setiap anak adalah memukul-mukul bola yang digantung pada tiang dengan sikap pasing bawah.

### Lanjutan lampiran 7

- c) Aturan main; anak yang berada pada posisi paling depan memulai melakukan pasing bawah dibawah tiang. Setiap anak melakukan pasing bawah selama waktu yang telah ditentukan. Setelah selesai kemudian kembali ke barisannya masing-masing dan berdiri pada barisan paling belakang. Semua anak bergantian melakukan pasing bawah dengan menggunakan bola gantung.



### 2) Permainan II ( memvoli berteman )

- a) Guru kembali membagi kelas menjadi 4 kelompok dan tiap-tiap kelompok membentuk formasi lingkaran.
- b) Masing-masing kelompok mendapat 1 buah bola voli, dan cara bermain dalam permainan ini adalah dengan mempasing bola antar teman dalam satu kelompok tersebut.
- c) Bola dipasing menggunakan pasing bawah dan kelompok harus berusaha untuk menjaga bola agar tidak jatuh ke tanah.
- d) Kelompok yang menjatuhkan bola berarti melakukan kesalahan dan kelompok yang paling sedikit melakukan kesalahan menjadi pemenangnya.

### Lanjutan lampiran 7

#### b. Teknik passing bawah

##### 1. Persiapan

- a) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
- b) Genggam jemari tangan
- c) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
- d) Tekuk lutut dan tahan tubuh dalam posisi rendah
- e) Bentuk landasan dengan lengan
- f) Sikut dikunci
- g) Lengan sejajar dengan paha
- h) Pinggang lurus
- i) Pandangan ke arah bola

##### 2. Pelaksanaan

- a) Terima bola di depan badan
- b) Kaki sedikit diulurkan
- c) Berat badan dialihkan ke depan
- d) Pukul bola menjauhi badan
- e) Pinggul bergerak ke depan
- f) Perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan bola pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku.

##### 3. Gerak lanjutan

- a) Jari tangan tetap digenggam
- b) Sikut tetap dikunci
- c) Landasan mengikuti bola menuju sasaran
- d) Pindahkan berat badan menuju sasaran
- e) Perhatikan bola yang bergerak menuju sasaran

Lanjutan lampiran 7

3. Penutup (15 menit)

Siswa dibimbing untuk melakukan pendinginan kemudian setelah itu dihitung, evaluasi akhir, berdoa dan dibubarkan

**E. Alat Dan Sumber Bahan**

1. Alat

- a) Bola voli
- b) Peluit
- c) Penghitung waktu
- d) Tiang atau gawang
- e) Tali

2. Sumber Pembelajaran

- a) Silabus kurikulum 2006
- b) Buku Penjasorkes Kelas V

**F. Penilaian**

Contoh Tabel Penilaian Tes Bola Voli (Pasing Bawah )

No	Nama	Skor			Jumlah	Nilai	Ket
		Tahap Persiapan (1 – 4)	Tahap Pelaksanaan (1 – 4)	Gerak Lanjutan (1 – 4)			

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{jumlah skor perolehan}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Lanjutan lampiran 7

Kriteria Ketuntasan Belajar

No	Rentang Nilai	Kriteria	Tingkat Ketuntasan
1	$\geq 80$	Sangat baik	Tuntas
2	75 – 80	Baik	Tuntas
3	70 – 74	Cukup	Belum tuntas
4	$\leq 70$	Kurang	Belum tuntas

Mengetahui  
Kepala Sekolah



**Drs. SUMEDIYONO**  
NIP. 19571121 198012 1 003

Laranganluwok, 28 Mei 2014

Guru Penjaskes

**BUNDAN ARIBOWO**  
NIP. 19790207 200604 1 007

## Lampiran 8

**LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK GURU**  
**SIKLUS II**

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 4 Juni 2014  
 Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Arif Setiawan, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

## Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topik dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar		√		
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami		√		
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan tehnik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai.		√		
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,		√		
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menguasai kelas dengan baik.		√		
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu.		√		

## Lanjutan lampiran 8

7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual.		√		
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut.		√		
<b>JUMLAH SKOR</b>			<b>24 (BAIK)</b>		

## Keterangan:

- 1) Skor 8 – 16, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 17 – 24, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 25 - 32, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 1


**Arif Setiawan, S.Pd**

NIP. 19860104 200604 1 013

Lanjutan lampiran 8

### LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK GURU SIKLUS II

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 4 Juni 2014  
Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Bayu Widodo, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

#### Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topik dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
2	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami		√		
3	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan tehnik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai.		√		
4	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,		√		
5	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menguasai kelas dengan baik.	√			
6	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu.		√		



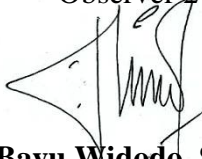
## Lanjutan lampiran 8

7	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual.		√		
8	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut.		√		
<b>JUMLAH SKOR</b>		<b>26 (Sangat Baik)</b>			

## Keterangan:

- 1) Skor 8 – 16, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 17 – 24, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 25 - 32, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 2



**Bayu Widodo, S.Pd**

## Lampiran 9

**LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK SISWA**  
**SIKLUS II**

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 4 Juni 2014  
 Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Arif Setyawan, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

## Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

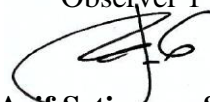
No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		1	2	3	4
a. Aspek Kognitif					
1	Memahami peraturan permainan				√
2	Kemampuan siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan			√	
3	Memahami teknik pasing bawah				√
b. Aspek Afektif					
1	Memperhatikan dan konsentrasi pada penjelasan guru			√	
2	Aktif dan semangat dalam mengikuti pembelajaran				√
3	Percaya diri dalam pembelajaran			√	
c. Aspek Psikomotor					
1	Dapat melakukan permainan yang dijelaskan oleh guru				√
2	Dapat melakukan gerakan pasing bawah				√
3	Dapat melakukan tes evaluasi pasing bawah				√
4	Aktif bermain selama permainan berlangsung			√	
JUMLAH SKOR		36 (Sangat Baik)			

Lanjutan lampiran 9

Keterangan :

- 1) Skor 10 - 20, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 21 - 30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 31 - 40, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 1



**Arif Setiawan, S.Pd**

NIP. 19860104 200604 1 013

Lanjutan lampiran 9

**LEMBAR INSTRUMEN OBSERVASI UNTUK SISWA**  
**SIKLUS II**

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 4 Juni 2014  
Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Bayu Widodo, S.Pd

Isilah tabel observasi dibawah ini menggunakan tanda centang ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan kriteria penilaian dibawah ini.

**Kriteria Penilaian**


- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		1	2	3	4
a. Aspek Kognitif					
1	Memahami peraturan permainan				√
2	Kemampuan siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan			√	
3	Memahami teknik pasing bawah			√	
b. Aspek Afektif					
1	Memperhatikan dan konsentrasi pada penjelasan guru			√	
2	Aktif dan semangat dalam mengikuti pembelajaran				√
3	Percaya diri dalam pembelajaran			√	
c. Aspek Psikomotor					
1	Dapat melakukan permainan yang dijelaskan oleh guru				√
2	Dapat melakukan gerakan pasing bawah				√
3	Dapat melakukan tes evaluasi pasing bawah			√	
4	Aktif bermain selama permainan berlangsung				√
JUMLAH SKOR		35 (Sangat Baik)			

Lanjutan lampiran 9

Keterangan :

- 1) Skor 10 - 20, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 21 - 30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung baik
- 3) Skor 31 - 40, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

Observer 2  
  
**Bayu Widodo, S.Pd**

## Lampiran 10

### HASIL UNJUK KERJA PASING BAWAH KELAS V SIKLUS II

Sekolah : SDN Laranganluwok      Hari,tanggal : Kamis, 4 Juni 2014  
Kelas / Smt : V / 2      Pengamat : Arif Setiawan, S.Pd

No	Nama	Skor			Jumlah Skor	Nilai	Ket
		Tahap Persiapan	Tahap Pelaksanaan	Gerak Lanjutan			
1	Riris Yudi Saputro	2	3	3	8	67	TT
2	Safri Samsudin	3	4	3	10	83	T
3	Anisa Windarni P	3	2	3	8	67	TT
4	Adela Puspitasari	3	4	4	11	92	T
5	Bayu Setiyono	3	3	4	10	83	T
6	Deva Dwi Saputro	3	4	4	11	92	T
7	Enggar Juni Listria	3	4	4	11	92	T
8	Lilis Rina Mita	3	3	3	9	75	T
9	Putri Nurdiyanti	3	4	3	10	83	T
10	Riyana Rafsanjani	3	3	4	10	83	T
11	Rehan Sandi S	3	4	3	10	83	T
12	Senia Arta Niasari	3	3	3	9	75	T
13	Tri Juni Arti	3	4	4	11	92	T
14	Veronica Wulan A	3	3	4	10	83	T
15	Reyga Ragil Saputra	3	4	3	10	83	T
16	Salsabila Siti M	4	4	3	11	92	T
Jumlah						1325	100%
Rata-rata						83	

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{jumlah skor perolehan}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Nilai tertinggi : 92

Nilai terendah : 67

Nilai Rata-rata : 83

Lanjutan lampiran 10

Jumlah siswa tuntas : 14 siswa

Jumlah siswa belum tuntas : 2 siswa

Prosentase siswa tuntas : 87,5%

Prosentase siswa belum tuntas : 12,5%

Observer



**Arif Setiawan, S.Pd**

NIP. 19860104 200604 1 013

## Lampiran 11

**DOKUMENTASI PENELITIAN**

Guru Mengabsen Siswa



Pemanasan peregangan sebelum melakukan kegiatan



## Lanjutan lampiran 11



Petunjuk pelaksanaan kegiatan



Siswa melakukan permainan menembak dalam sasaran



## Lanjutan lampiran 11



Siswa melakukan permainan pasing bawah dengan bola gantung



Siswa melakukan permainan pasing bawah dengan bola gantung



## Lanjutan lampiran 11



Siswa melakukan permainan pasing bawah (memvoli berteman)



Guru Melakukan Evaluasi Hasil Pembelajaran



## Lanjutan lampiran 11



Melakukan Gerakan Pendinginan



Berdoa dan membubarkan siswa