

**PENERAPAN METODE PENGULANGAN PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI PADA SISWA KELAS VIII-2 SMP NEGERI 212 JAKARTA JAKARTA SELATAN SEMESTER-I TAHUN PELAJARAN 2012-2013**

**Suryoto**

Guru Penjaskes SMP Negeri 212 Jakarta Selatan

**ABSTRAK**

*Pendidikan jasmani sangat penting, karena bentuk – bentuk kegiatan jasmani atau olahraga didalamnya terdapat permainan dan kegiatan bila dilakukan secara insentif, baik secara perorangan maupun kelompok oleh anggota masyarakat termasuk didalamnya masyarakat sekolah dan dilakukan dengan cara sadar dan sistematis, maka akan memperoleh peningkatan keterampilan gerak jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, pembentukan watak, dan pengembangan prestasi secara optimal.*

*Di dalam permainan bola voli, yang pertama-tama harus diajarkan adalah bagaimana cara melakukan passing karena ini suatu unsure keterampilan yang merupakan proses gerak yang sangat rumit sehingga perlu diajarkan terlebih dahulu sebelum meningkatkan pada unsure keterampilan yang lain seperti service, smash, dan block maupun pertahanan serta penyerangan yang pada akhirnya meningkat pada pertandingan.*

*Passing dalam permainan bola voli bertujuan untuk melontarkan atau mengarahkan bola ke teman sepermainan dalam hal ini pemain smasher tepat pada sasaran, sehingga smasher dapat melakukan smash dengan baik*

*Karena atas dasar itu pula penulis tertarik untuk meneliti passing bawah permainan bola voli yang sudah dimiliki oleh para siswa khususnya para siswa kelas VIII-2 SMP Negeri 212 Jakarta Selatan dengan penelitian tindakan kelas karena peneliti mengajar pada Kelas tersebut, dan ternyata dari kelas VIII-1 sampai dengan Kelas VIII-6, setelah diadakan tes passing bawah hanya siswa kelas VIII-2 yang memiliki nilai paling jelek yaitu kurang dari 50 %, sedangkan kelas lain sudah diatas 50 % yang dapat melakukan passing bawah permainan bola voli.*

*Seperti telah diuraikan diatas bahwa pendidikan olahraga yang diberikan di sekolah itu banyak, maka dalam hal ini peneliti hanya membatasi atau akan meneliti dengan materi pokok pada permainan bola voli saja yang kesemuanya berupa praktek*

**Kata kunci:** Metode Pengulangan, Passing Bawah, Bola Voli, PENJASKES

## PENDAHULUAN

Pelaksanaan olahraga dan pendidikan jasmani disekolah-sekolah sangat tepat karena disinilah para pembina maupun guru olahraga memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, disamping itu pula masyarakat sekolah merupakan masyarakat yang paling mudah dikoordinir. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani mempunyai peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi belajar olahraga disekolah, karena pada dasarnya peningkatan prestasi belajar siswa sangat tergantung pada peranan guru yang berprestasi

Seorang guru yang professional harus memiliki empat kemampuan dasar (kompetensi) dan sikap sebagai guru yang mendapat kepercayaan untuk mempersiapkan hari depan bangsa. Adapun empat kemampuan tersebut adalah (1) menguasai kurikulum (2) menguasai materi pelajaran (3) menguasai metode dan evaluasi serta pelaksanaan, dan (4) mempunyai komitmen dan disiplin tinggi dalam pelaksanaan tugas.

Untuk mengaplikasikan empat pilar diatas seorang guru dalam mengelola pembelajaran dituntut untuk mampu menciptakan pembelajaran yang efektif, inovatif, dan kreatif dengan tetap berpegang pada pendekatan pembelajaran yang beorientasi pada siswa (*student oriented*) hal ini dapat diwujudkan melalui implementasi berbagai pendekatan dan metode, misalnya pendekatan keterampilan proses dan CBSA dengan menggunakan metode pengulangan.

Di dalam permainan bola voli, yang pertama-tama harus diajarkan adalah bagaimana cara melakukan passing karena ini suatu unsure keterampilan yang merupakan proses gerak yang sangat rumit sehingga perlu diajarkan terlebih dahulu sebelum meningkatkan pada unsure keterampilan yang lain seperti service, smash, dan block maupun pertahanan serta penyerangan yang pada akhirnya meningkat pada pertandingan.

Passing dalam permainan bola voli bertujuan untuk melontarkan atau mengarahkan bola ke teman sepermainan dalam hal ini pemain smasher tepat pada sasaran, sehingga smasher dapat melakukan smash dengan baik. Oleh karena itu diperlukan pemain yang dapat melakukan passing dengan baik pula. Untuk dapat melakukan passing sehingga dapat mengarahkan kesasaran yang tepat, perlu pemain mempunyai pola gerak permanent dan untuk memperoleh pola gerak yang permanent menjadi keterampilan gerak pemain harus tidak bosan-bosannya berlatih dan berlatih sebanyak-banyaknya.

Syarifudin dalam pokok-pokok pengembangan program pembelajaran pendidikan jasmani (1997:4) mengatakan bahwa dalam proses pembelajaran untuk mempermanenkan pola gerak menjadi keterampilan gerak, berikan seluas-luasnya pada anak untuk mengulang dan mengulang pola tersebut, sehingga dengan pengulangan akan memperoleh umpan balik menjadi dasar dari terciptanya otomatisasi gerak.

Atas dasar uraian diatas bahwa dalam permainan bola voli, umpan atas pass adalah sangat penting, yang pertama harus dimiliki oleh setiap pemain bola voli dan harus bias melakukan passing, sebelum mempelajari keterampilan permainan

bola voli lainnya seperti service, smash dan block, oleh karena itu agar pemain dapat melakukan passing dalam hal ini passing bawah maka perlu latihan passing bawah yang berulang – ulang sehingga pada akhirnya pemain akan memiliki pola gerak dan keterampilan passing bawah yang permanen.

## KAJIAN PUSTAKA

### 2.1 Hakikat Proses belajar Mengajar

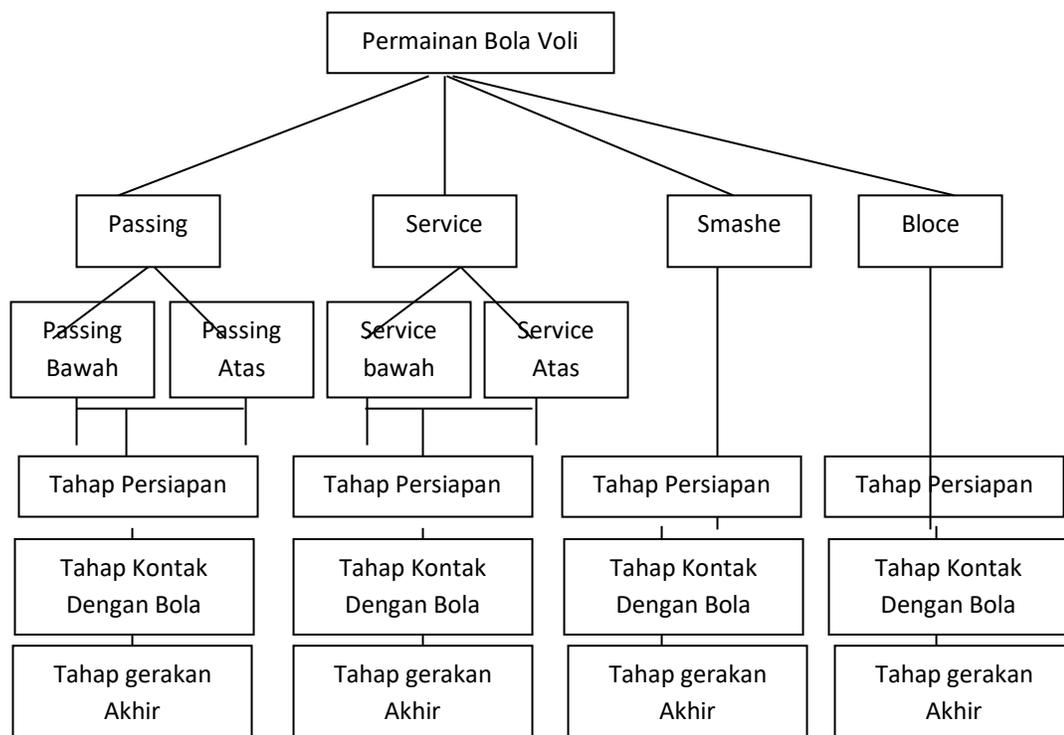
Prose belajar mengajar yaitu bagaimana anak belajar dan bagaimana proses guru mengajar, keduanya perlu diukur dengan menggunakan alat evaluasi yang tepat, karena keberhasilan belajar sangat ditentukan oleh baik tidaknya proses belajar mengajar.

Syarifudin dalam Pokok-pokok Pengembangan Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani (1997:5) menjelaskan bahwa Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan melalui berbagai aktivitas jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional. Peta Konsep

Bertujuan untuk umpan balik, sejauh mana siswa memahami tentang permainan bola voli, dan apa saja yang termasuk dalam teknik permainan bola voli.

## PETA KONSEP

### Pokok bahasan : Permainan Bola Voli



### 2.1.1 Penilaian Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bentuk pendidikan yang menggunakan aktivitas gerak fisik sebagai sarana dan tujuan pendidikan, sebagai sarana, gerak fisik merupakan alat yang digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan. Oleh karena itu tolak ukur keberhasilannya adalah gerak fisik atau keterampilan gerak

### 2.2 Passing Bawah

Kalau kita analisa menurut tujuan utama biomekanika bahwa passing bawah tujuannya adalah melontarkan objek atau benda dalam hal ini bola voli untuk mencapai ketepatan maksimal, ataupun sasaran yang diinginkan yaitu kepada teman, seperti telah dijelaskan dalam pedoman melatih bola voli yang dikeluarkan oleh Dirjen Pendidikan Luar Sekolah Pemuda dan olahraga dalam bukunya "Pedoman Melatih Bola Volley" (1980;48)

## METODE PENELITIAN

### 3.1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar pendidikan jasmani melalui pengulangan passing bawa bola voli kelas VIII-2 pada SMP Negeri 212 Jakarta Selatan.

### 3.2. Tempat dan waktu Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di SMP Negeri 212 Jakarta Selatan, waktu penelitian 2 siklus termasuk tes keterampilan passing bawah dan tiap pertemuan waktunya 90 menit. Hari penelitian setiap hari Senin pukul 10.00 sampai dengan pukul 11.30 di lapangan bola voli SMP Negeri 212 Jakarta Selatan

### 3.3. Subyek Penelitian

Yang menjadi subyek dalam penelitian tindakan Kelas ini adalah siswa kelas VIII-2 SMP Negeri 212 Jakarta Selatan, dengan alasan

- Siswa Kelas tersebut kemampuan melakukan passing bawah kurang menguasai.
- Kelas ini yang dapat melakukan passing bawah kurang dari 50% dari jumlah siswa pada Kelas tersebut yang jumlahnya 36 orang siswa.
- Peneliti mengajar pada Kelas tersebut, sehingga tahu permasalahannya.
- Sarana dan prasarana untuk olahraga permainan bola voli memadai.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Deskripsi Data

#### 4.1.1 Tabel 1

**Daftar skor tercapai dan nilai tes passing bawah bola voli mata pelajaran pendidikan jasmani sebelum diberikan pengulangan passing bawah**

No	Nama siswa	Aspek Yang Dinilai			Skor Yang Dicapai
		1	2	3	
1	Afriansyah	3	5	3	11
2	Ahmad Maulana	4	5	2	11
3	Alyssa Nur Assholihat	3	5	2	10
4	Ansikawan Maria P	3	6	3	12
5	Angga Meirano	3	6	3	12
6	Defi Irawan	3	6	2	11
7	Desy Gustinawati	3	5	3	11
8	Dewi ratna	4	5	2	11
9	Dilli Asraya	3	4	3	10
10	Dina febrianti	4	6	2	12
11	Dwi Nugraha	3	5	2	10
12	Elon sahan	3	5	2	10
13	Gilang Ramadhan	3	4	3	10
14	Haerul Aseni	4	5	2	11
15	Irnowati	3	4	2	9
16	Irvan Kurniawan	3	6	3	12
17	Juliana	4	5	2	11
18	Liana Gustianingsih	5	7	2	14
19	Linda fatimah	3	4	3	10
20	Luvi Lufgani Arifianto	3	5	2	10
21	M. Ihsandi Oktorianto	4	6	2	12
22	Malik	3	5	2	10
23	Masruhat	3	5	3	11
24	Muhamad Alifusdin R	3	5	3	11
25	Muhamad Lutfi	4	6	3	13
26	Muhamad Nanang	3	5	2	10
27	Muhamad Syawaludin	3	5	2	10
28	Ninda Lestari	3	4	2	9
29	Nita Cendrakasih	3	5	2	10
30	Rani Angraini	3	5	3	11
31	Siti Luni rapiani M	3	6	3	12
32	Siti Masito Yuliandari	4	6	2	12
33	Siti Nuraini	4	5	2	11
34	Teti Maslinah	4	5	2	11
35	Yani Dewi Handayani	3	6	2	11

36	Yuniun Tetas	4	5	3	12
	<b>Jumlah</b>	131	201	94	426
	<b>Rata - rata</b>				10.92

#### 4.1.2 Tabel 2

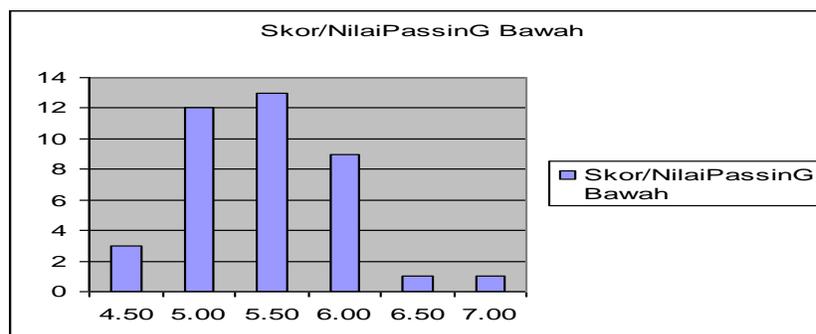
**Daftar skor siswa dan frekuensinya tes passing bawah bola voli mata pelajaran pendidikan jasmani sebelum diberikan pengulangan passing bawah.**

Skor/Nilai Passing Bawah	Frekuensi	Frekuensi Bawah	Presentase (%)	Frekuensi Atas	Presentase (%)
7,00	1	39	100.00	1	2.56
6,50	1	38	97.44	2	5.13
6,00	9	37	94.87	11	28.21
5,50	13	28	71.79	24	61.101
5,00	12	15	38.46	36	92.31
4,50	3	3	7.69	39	100.00

Interprestasi data adalah sebagai berikut :

- Nilai maksimum sebelum diberikan pengulangan adalah 7,00, sedangkan nilai terendah 4,50, maka rangenya yaitu  $7.00-4.50 = 2,50$
- Nilai 5,50 mendapat frekuensi tertinggi, kemudian diikuti nilai 5,00: 6,00 :6,50; 7,00 dan terendah 4,50
- Mode (skor yang memperoleh frekuensi tertinggi) = nilai 5,50
- Siswa yang memperoleh nilai 5,50 kebawah, jumlahnya 28 siswa (71,79%)
- Siswa yang memperoleh nilai 6,00 keatas, jumlahnya 11 siswa(28,21%)
- Nilai rata-rata sebelum diberikan pengulangan passing bawah adalah 5,45 (skor rata-rata 10,90)

Grafik 1



**Perolehan nilai tes passing bawah bola voli sebelum diberikan pengulangan passing bawah pelajaran Pendidikan jasmani**

**Table 3**

Daftar skor siswa frekuensi tes passing bawah bola voli mata pelajaran pendidikan jasmani siklus 1

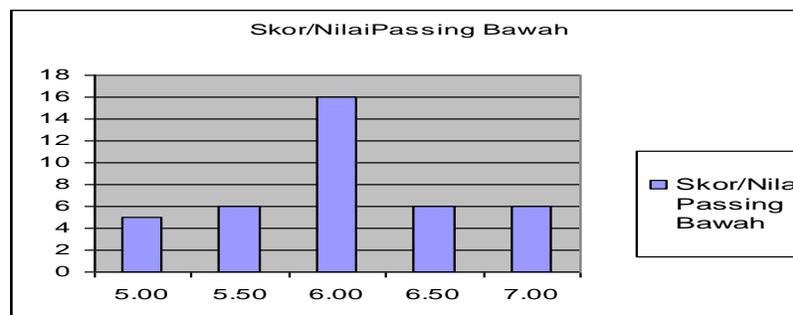
Skor/Nilai Passing Bawah	Frekuensi	Frekuensi Bawah	Presentase (%)	Frekuensi Atas	Presentase (%)
7,00	6	39	100.00	6	15.38
6,50	6	33	84.62	12	30.77
6,00	16	27	69.23	28	71.79
5,50	6	11	28.21	34	87.18
5,00	5	5	12.82	39	100.00

Interprestasi data adalah sebagai berikut :

- Nilai maksimum pada siklus 1 adalah 7,00 sedangkan nilai terendah 5,00, maka rangenya yaitu  $7,00 - 5,00 = 2,00$
- Nilai 6,00 mendapat frekuensi tertinggi, kemudian diikuti nilai 7,00;650;5.50 dan terendah 5,00
- Mode (skor yang memperoleh frekuensi tertionggi = nilai 6,00
- Siswa yang memeperoleh nilai 6,00 kebawah jumlahnya 27 siswa (69,23%)
- Siswa yangmemperoleh nilai 6,50 keatas. Jumlahnya 12 siswa (30,77)
- Nilai rata-rata siklus 1 adalah 6.03 (skor rata-rata 12.05

**Grafik 2**

Perolehan nilai tes passingbawah bola voli siklus 1 mata pelajaran pendidikan jasmani siklus 1



#### 4.1.3 Tabel 4

Daftar skor siswa frekuensi tes passing bawah bola voli mata pelajaran pendidikan jasmani siklus 2

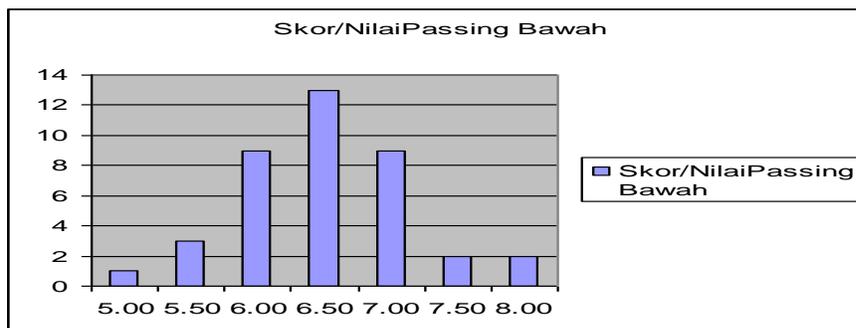
Skor/Nilai Passing Bawah	Frekuensi	Frekuensi Bawah	Presentase (%)	Frekuensi Atas	Presentase (%)
8,00	2	39	100.00	2	5.13
7,50	2	37	84.87	4	10.26
7,00	9	35	89.74	13	33.33
6,50	13	26	66.67	26	66.67
6,00	9	13	33.33	35	89.74
5,50	3	4	10.26	38	97.44
5,00	1	1	2.56	39	100.00

Interprestasi data adalah sebagai berikut :

- Nilai maksimum pada siklus 2 adalah 8,00, sedangkan nilai terendah 5,00, maka rangenya yaitu  $8,00 - 5,00 = 3,00$
- Nilai 6,50 mendapat frekuensi tertinggi, kemudian diikuti nilai 7,00: 6,00 :5,50; 8,00, 750 dan terendah 5.50
- Mode (skor yang memperoleh frekuensi tertinggi) = nilai 6,50
- Siswa yang memperoleh nilai 6,50 kebawah, jumlahnya 26 siswa (66,679%)
- Siswa yang memperoleh nilai 7,00 keatas, jumlahnya 13 siswa(33.33%)
- Nilai rata-rata siklus kedua adalah 6,51 (skor rata-rata 13.03)

**Grafik 3**

Perolehan nilai tes passing bawah bola voli siklus 1 mata pelajaran pendidikan jasmani siklus 1



**Table 5**

Skor nilai tes passing bawah serta peningkatan sebelum diberikan pengulangan dan sesudah diberikan pengulangan passing bawah pada siklus 1

No. Urut Siswa	Sebelum Diberikan Pengulangan		Siklus I		Peningkatan	
	Skor Tercapai	Nilai	Skor Tercapai	Nilai	Skor	Nilai

					Tercapai	
1	11	5.5	13	6.5	2	1
2	11	5.5	12	6.0	1	0.5
3	10	5.0	11	5.5	1	0.5
4	12	6.0	13	6.5	1	0.5
5	12	6.0	14	7.0	2	1
6	11	5.5	13	6.5	2	1
7	11	5.5	12	6.0	1	0.5
8	11	5.5	12	6.0	1	0.5
9	10	5.0	12	6.0	2	1
10	12	6.0	14	7.0	2	1
11	10	5.0	11	5.0	1	0.5
12	10	5.0	10	6.5	0	0
13	10	5.0	13	6.0	3	1.5
14	11	5.5	11	6.0	0	0
15	9	4.5	13	6.0	4	2
16	12	6.0	14	7.0	2	1
17	11	5.5	12	6.5	1	0.5
18	14	7.0	14	7.0	0	0
19	10	5.0	12	6.0	2	1
20	10	5.0	12	6.0	2	1
21	12	6.0	14	7.0	2	1
22	10	5.0	10	5.0	0	0
23	11	5.5	12	6.0	1	0.5
24	11	5.5	13	6.5	2	1
25	13	6.5	14	7.0	1	0.5
26	10	5.0	11	5.5	1	0.5
27	10	5.0	11	5.5	1	0.5
28	9	4.5	10	5.0	1	0.5
29	10	5.0	11	5.5	1	0.5
30	11	5.5	12	6.0	1	0.5
31	12	6.0	13	6.5	1	0.5
32	12	6.0	12	6.0	0	0
33	11	5.5	12	6.0	1	0.5
34	11	5.0	11	5.0	0	0
35	11	5.5	11	5.5	0	0
36	12	6.0	12	6.0	0	0
<b>Jumlah</b>	426	212.5	471	237	45	22.50
<b>Rata-rata</b>	10.92	5.45	12.08	6.08	1.15	0.58

Analisis peningkatan hasil belajar passing bawah sebelum diberikan pengulangan dan sesudah diberikan pengulangan 1

- Nilai tertinggi 1,5 (skor 3) terendah adalah 0 sampai -1
- Peningkatan nilai rata-rata 0.58 (skor rata-rata 1,16)
- Siswa yang memperoleh peningkatan 1,5 (skor 3) sebanyak 12 yaitu nomor responden 1.5.6.9.10.13.16.17.19.20.21. dan 24
- Siswa yang memperoleh peningkatan 0,5 (skor 1) sebanyak 18 yaitu nomor responden 2.3.4.7.8.12.14.23.25.26.27.28.29.30.31.32.34.36
- Siswa yang memperoleh peningkatan 0 sampai -1 (skor 0) sebanyak 8 yaitu nomor responden 11.18.22.33.35.37.38 dan 39

**Tabel 6**  
**Skor dan nilai tes passing bawah serta peningkatan siklus 1 dengan siklus 2**

No. Urut Siswa	Siklus I		Siklus 2		Peningkatan	
	Skor Tercapai	Nilai	Skor Tercapai	Nilai	Skor Tercapai	Nilai
1	13	6.5	14	7.0	1	0.5
2	12	6.0	15	7.5	3	1.5
3	11	5.5	12	6.0	1	0.5
4	13	6.5	14	7.0	1	0.5
5	14	7.0	13	6.5	-1	-0.5
6	13	6.5	13	6.5	0	0
7	12	6.0	14	7.0	2	1
8	12	6.0	13	6.5	1	0.5
9	12	6.0	14	7.0	2	1
10	14	7.0	13	6.5	-1	-0.5
11	10	5.0	12	6.0	2	0.5
12	10	6.5	13	6.5	2	1.5
13	13	6.0	14	7.0	2	0.5
14	11	6.0	13	6.5	2	1
15	13	6.0	13	6.5	0	0
16	14	7.0	16	8.0	2	1
17	12	6.5	13	6.5	1	0.5
18	14	7.0	15	7.5	1	0.5
19	12	6.0	12	6.0	0	0
20	12	6.0	14	7.0	2	1
21	14	7.0	16	8.0	2	1
22	10	5.0	12	6.0	2	1
23	12	6.0	13	6.5	1	0.5
24	13	6.5	16	8.0	3	1.5
25	14	7.0	17	8.5	3	1.5

26	11	5.5	13	6.5	2	1
27	11	5.5	13	6.5	2	1
28	10	5.0	12	6.0	2	1
29	11	5.5	11	5.5	0	0
30	12	6.0	12	6.0	0	0
31	13	6.5	12	6.0	-1	-0.5
32	12	6.0	14	7.0	2	1
33	12	6.0	12	6.0	0	0
34	11	5.0	13	6.5	2	1
35	11	5.5	11	5.5	0	0
36	12	6.0	12	6.0	0	0
<b>Jumlah</b>	471	237	513	256.5	42	21.00
<b>Rata-rata</b>	12.08	6.08	13.15	6.58	1.08	0.101

Analisis peningkatan hasil belajar passing bawah pada siklus 1 dan siklus 2

- Nilai tertinggi 1,5 (skor 3) terendah adalah 0 sampai -1
- Peningkatan nilai rata-rata 0.49 (skor rata-rata 0.97)
- Siswa yang memperoleh peningkatan 1,5 (skor 3) sebanyak 2 yaitu nomor responden 2 dan 37
- Siswa yang memperoleh peningkatan 1 (skor 2) sebanyak 13 yaitu nomor responden 7. 9. 11. 12. 13. 16. 20. 21. 22. 26. 27. 28. dan 35
- Siswa yang memperoleh peningkatan 1 (skor 2) sebanyak 13 yaitu nomor responden 7.9.11.12.13.16.20.21.22.26.27.28.35
- Siswa yang memperoleh peningkatan 0.5 (skor 1) sebanyak 10 yaitu nomor responden 1.3.4.8.14.15.18.23.24.33
- Siswa yang memperoleh peningkatan 0 sampai -1 (skor 0 sampai -0.1) sebanyak 14 yaitu nomor responden 5.6.10.17.19.25.29.30.31.32.34.36.38.39

**Table 7**

**Skor dan nilai tes passing bawah dan peningkatan sebelum diberikan pengulangan dan sesudah diberikan pengulangan pada siklus 2**

No. Urut Siswa	Sebelum diberikan Pengulangan		Siklus 2		Peningkatan	
	Skor Tercapai	Nilai	Skor Tercapai	Nilai	Skor Tercapai	Nilai
1	11	5.5	14	7.0	3	1.5
2	11	5.5	15	7.5	4	2
3	10	5.0	12	6.0	2	1
4	12	6.0	14	7.0	2	1
5	12	6.0	13	6.5	1	0.5
6	11	5.5	13	6.5	2	1

7	11	5.5	14	7.0	3	1.5
8	11	5.5	13	6.5	2	1
9	10	5.0	14	7.0	4	2
10	12	6.0	13	6.5	1	0.5
11	10	5.0	12	6.0	2	1
12	10	5.0	13	6.5	3	1.5
13	10	5.0	14	7.0	4	2
14	11	5.5	13	6.5	2	1
15	9	4.5	13	6.5	4	2
16	12	6.0	16	8.0	4	2
17	11	5.5	13	6.5	2	1
18	14	7.0	15	7.5	1	0.5
19	10	5.0	12	6.0	2	1
20	10	5.0	14	7.0	4	2
21	12	6.0	16	8.0	4	2
22	10	5.0	12	6.0	2	1
23	11	5.5	13	6.5	2	1
24	11	5.5	16	8.0	5	2.5
25	13	6.5	17	8.5	4	2
26	10	5.0	13	6.5	3	1.5
27	10	5.0	13	6.5	3	1.5
28	9	4.5	12	6.0	3	1.5
29	10	5.0	11	5.5	1	0.5
30	11	5.5	12	6.0	1	0.5
31	12	6.0	12	6.0	0	0
32	12	6.0	14	7.0	2	1
33	11	5.5	12	6.0	1	0.5
34	11	5.0	13	6.5	2	1
35	11	5.5	11	5.5	0	0
36	12	6.0	12	6.0	0	0
<b>Jumlah</b>	426	212.5	513	256.5	87	43.50
<b>Rata-rata</b>	10.92	5.45	13.15	6.58	2.23	1.12

Analisis peningkatan hasil belajar passing bawah sebelum diberikan pengulangan dan sesudah diberikan pengulangan pada siklus 2

- Nilai tertinggi 2 (skor 4) terendah adalah 0
- Peningkatan nilai rata-rata 1.06 (skor rata-rata 2.13)
- Siswa yang memperoleh peningkatan 2 (skor 4) sebanyak 7 yaitu nomor responden 2.4.9.13.15.16.dan 20
- Siswa yang memperoleh peningkatan 1,5 (skor 3) sebanyak 9 yaitu nomor responden 1.7.12.24026.27.28.33.37

- Siswa yang memperoleh peningkatan 1 (skor 2) sebanyak 11 yaitu nomor responden 3.6.8.11.14.17.19.21.22.23.dan 35
- Siswa yang memperoleh peningkatan 0.5 (skor 1) sebanyak 8 yaitu nomor responden 5.10.18.25.29.30.32 dan 36
- Siswa yang memperoleh peningkatan 0 (skor 0) sebanyak 4 yaitu nomor responden 31.34.38 dan 39

## 4.2 Interpretasi Data Hasil Penelitian

### 4.2.1 Sebelum diberikan pengulangan passing bawah

- Nilai maksimum sebelum diberikan pengulangan passing bawah adalah 7,00, sedangkan nilai terendah 4,50, maka rangenya yaitu  $7,00 - 4,50 = 2,50$
- Nilai 5,50 mendapat frekuensi tertinggi, kemudian diikuti nilai 5,00: 6,00 :6,50; 7,00 dan terendah 4,50
- Mode (skor yang memperoleh frekuensi tertinggi) = nilai 5,50
- Siswa yang memperoleh nilai 5,50 kebawah, jumlahnya 28 siswa (71,79%)
- Siswa yang memperoleh nilai 6,00 keatas, jumlahnya 11 siswa (28,21%)
- Nilai rata-rata sebelum diberikan pengulangan passing bawah adalah 5,45 (skor rata-rata 10,90)

### 4.2.2 Siklus 1

- Nilai maksimum pada siklus 1 adalah 7,00 sedangkan nilai terendah 5,00, maka rangenya yaitu  $7,00-5,00 = 2,00$
- Nilai 6,00 mendapat frekuensi tertinggi, kemudian diikuti nilai 7,00;650;5.50 dan terendah 5,00
- Mode (skor yang memperoleh frekuensi tertionggi = nilai 6,00
- Siswa yang memeperoleh nilai 6,00 kebawah jumlahnya 27 siswa (69,23%)
- Siswa yang memperoleh nilai 6,50 keatas. Jumlahnya 12 siswa (30,77)
- Nilai rata-rata siklus 1 adalah 6.03 (skor rata-rata 12.05)

## 4.3 Pembahasan

Atas dasar hasil yang dicapai latihan dengan menggunakan metode pengulangan passing bawah, maka suatu prestasi yang tinggi dapat dicapai melalui proses latihan.

## SIMPULAN

Dari hasil deskripsi data, pengujian hipotesis, dan pembahasan penulisan ini, setelah diadakan tes pada siklus pertama dan tes siklus kedua metode Pengulangan passing bawah permainan bola voli, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Teknik passing (passing bawah )sangat perlu dipelajarti oleh siswa sebelum mempelajari teknik yang lain dalam permainan bola voli, karena teknik

- passing harus dikuasai oleh pemain (siswa) terlebih dahulu sebelum menguasai teknik yang lain dalam permainan bola voli
2. Manfaat passing ( passing bawah) bagi pemain bola voli adalah untuk operan tepat kesasaran teman dan selanjutnya teman sepermainan dapat melakukan smash ( penyerangan ) ke lawan permainan
  3. Ada peningkatan yang meyakinkan dalam tindakan Kelas melalui metode pengulangan latihan passing bawah permainan bola voli pada siswa kelas VIII-2 SMP Negeri 212 Jakarta Selatan.
  4. Keterampilan pemecahan masalah pembelajaran mutlak diperlukan bagi seorang guru yang professional melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sehingga guru peneliti dapat berlatih merefleksi diri atas pekerjaannya di Kelas, keberhasilan dan kegagalan, serta mencari alternatif pemecahan masalah, baik secara sendiri atau berkolaborasi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Syarifudin, Aip *Pengembangan Program Pendidikan Jasmani*, Jakarta FPOK IKIP 1994
- Rahantoknam, B Edward, *Belajar Motorik*, Jakarta IKIP, 1986
- Masnum, dadang, *Kinesiologi*, Jakarta, FPOK IKIP Jakarta, 1987
- Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, *Pedoman Melatih Bola Volley*, Jakarta, Dirjen PLSPO, Proyek Pembinaan Olaharag Bagi seluruh Anggota Masyarakat, 1979 – 1980
- Beutelstahl, Gerhard, *Bola Volley belajar dan Berlatih sambil Bermain*, Jakarta; PT Gramedia 1996
- Wiubowo, Hardianto, *Anatomi (Miologi)*, Jakarta ; FPIK IKIP, 1995
- Sajoto, M, *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dan Olahraga*, Semarang, effhar & Dahara Prize, 1996
- Lutan, Rusli, *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*, Jakarta; Depdikbud 1989
- Sudarya, Et, al *Strategi Belajar Mengajar*, Semarang, IKIP, 1991
- Syariffudin, *Pokok-pokok Pengembangan Program Pendidikan Jasmani*, Jakarta; Depdikbud, 1997
- .