

**PENINGKATAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLAVOLI  
DENGAN MENGGUNAKAN METODE *DRILL* PADA SISWA PESERTA  
EKSTRAKURIKULER SMKN 1 ENAM LINGKUNG**

*( Penelitian Tindakan Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli  
SMKN 1 Enam Lingkung )*

**TESIS**



**Oleh:**

**Wike Nofriani  
Nim. 1308541**

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam  
Mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLARAGA S2  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

## PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : Wike Nofriani

NIM : 1308541

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Prof. Dr. Gusril, M.Pd

Pembimbing I



5/8-2016

Dr. Kharuddin, M.Kes., AIFO

Pembimbing II



5/8-2016

Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,

Drs. Syafrizar, M.Pd

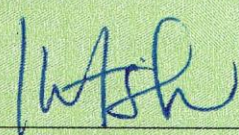
NIP. 19600602 198503 1 003

Program Studi Pendidikan Olahraga S2  
Ketua,

Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS. AIFO

NIP. 19500521 197903 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI  
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAH RAGA S2**

| No. | Nama                                                   | Tanda Tangan                                                                                   |
|-----|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | <u>Prof. Dr. Gusril, M.Pd</u><br>(Ketua)               | <br>_____   |
| 2   | <u>Dr. Kharuddin, M.Kes., AIFO</u><br>(Sekretaris)     | <br>_____   |
| 3   | <u>Dr. Waskito, M.T</u><br>(Anggota)                   | <br>_____ |
| 4   | <u>Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS. AIFO</u><br>(Anggota) | <br>_____  |
| 5   | <u>Dr. Wilda Wellis, M.Kes</u><br>(Anggota)            | <br>_____ |

Mahasiswa

Nama : Wike Nofriani

NIM. : 1308541

Tanggal Ujian : 14 – 06 – 2016

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul: “Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Dengan Menggunakan Metode *Drill* Pada Siswa Ekstrakurikuler SMKN 1 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis saya ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2016  
Saya Yang Menyatakan



**Wike Nofriani**  
NIM.1308541

## ABSTRAK

### **Wike Nofriani. 2016. Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Dengan Menggunakan Metode *Drill* Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler SMKN 1 VEnam lingkung**

Dalam permainan bolavoli khususnya teknik *passing* bawah hendaknya seorang pembina dapat menemukan suatu metode yang bisa mengembangkan keterampilan dasar siswa terhadap teknik *passing* bawah. Berdasarkan data hasil *test* Kautz Volleyball, nilai yang diperoleh siswa masih rendah. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang peningkatan keterampilan teknik *passing* bawah metode *Drill* siswa ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingkung.

Penelitian tindakan (*Action Research*) ini merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan latihan ekstrakurikuler berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah. Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 Enam Lingkung tahun 2015 dengan jumlah sampel 50 orang siswa.

Hasil teknik *passing* bawah yang diperoleh siswa dengan metode pada siklus II berjalan jauh lebih baik dari siklus I. Siswa yang sebelumnya belum mencapai standar ketuntasan maksimal yang telah ditetapkan peneliti yakni 70 keatas (kategori baik/lulus), pada siklus II mampu mencapai standar dengan nilai rata-rata persentase 84%. Ini berarti keterampilan *passing* bawah dengan metode *Drill* peserta ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingkung sudah memenuhi target yang telah ditetapkan sebelumnya. Artinya lebih dari 75% siswa peserta ekstrakurikuler mampu meningkatkan keterampilan teknik *passing* bawah.

**Kata Kunci : *Passing* Bawah, Metode *Drill*, Ekstrakurikuler**

## ABSTRAK

Dalam permainan bolavoli khususnya teknik *passing* bawah hendaknya seorang pembina dapat menemukan suatu metode yang bisa mengembangkan keterampilan dasar siswa terhadap teknik *passing* bawah. Berdasarkan data hasil *test* Kautz Volleyball, nilai yang diperoleh siswa masih rendah. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang peningkatan keterampilan teknik *passing* bawah metode *Drill* siswa ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingkung.

Penelitian tindakan (*Action Research*) ini merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan latihan ekstrakurikuler berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah. Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 Enam Lingkung tahun 2015 dengan jumlah sampel 50 orang siswa.

Hasil teknik *passing* bawah yang diperoleh siswa dengan metode pada siklus II berjalan jauh lebih baik dari siklus I. Siswa yang sebelumnya belum mencapai standar ketuntasan maksimal yang telah ditetapkan peneliti yakni 70 keatas (kategori baik/lulus), pada siklus II mampu mencapai standar dengan nilai rata-rata persentase 84%. Ini berarti keterampilan *passing* bawah dengan metode *Drill* peserta ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingkung sudah memenuhi target yang telah ditetapkan sebelumnya. Artinya lebih dari 75% siswa peserta ekstrakurikuler mampu meningkatkan keterampilan teknik *passing* bawah.

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul “Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Dengan Menggunakan Metode *Drill* Pada Siswa Ekstrakurikuler SMKN 1 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman”

Penulisan tesis ini merupakan salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Pada penulisan tesis ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga:

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Gusril, MPd dan Dr. Khairuddin, M. Kes., AIFO selaku pembimbing 1 dan pembimbing II, yang telah banyak memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan dan bantuan secara moril maupun materil yang sangat berarti kepada penulis.
2. Dr. Waskito, MT selaku Kontributor I, dan Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO selaku Kontributor II, serta Dr. Wilda Wellis, M.Kes selaku Kontributor III, yang telah memberikan kritikan dan saran serta masukan dalam perbaikan tesis ini.
3. Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang. Drs. Syafrizal, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan sekaligus pengelola Program Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana FIK UNP.
4. Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Pascasarjana Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

6. Sekolah SMKN 1 Enam Lingkung yang telah bersedia menjadi pusat penelitian dan menjadi objek dari penulisan tesis ini.
7. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan serta doa.

Demikianlah ucapan terimakasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Padang, Januari 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

|                               | <b>Halaman</b> |
|-------------------------------|----------------|
| <b>ABSTRACT .....</b>         | <b>i</b>       |
| <b>ABSTRAK .....</b>          | <b>ii</b>      |
| <b>SURAT PERNYATAAN .....</b> | <b>iii</b>     |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>   | <b>iv</b>      |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>       | <b>v</b>       |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>     | <b>vii</b>     |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>  | <b>viii</b>    |

### **BAB I PENDAHULUAN**

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| A. Latar Belakang Masalah .....    | 1  |
| B. Identifikasi Masalah .....      | 9  |
| C. Fokus Penelitian.....           | 10 |
| D. Perumusan Masalah .....         | 10 |
| E. Kegunaan Hasil Penelitian ..... | 10 |

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| A. Deskripsi Konseptual .....               | 12 |
| 1. Hakekat Permainan Bolavoli .....         | 12 |
| 2. Teknik Dasar Bolavoli .....              | 13 |
| 3. Hakekat Metode <i>Drill</i> .....        | 25 |
| 4. Pengertian Ekstrakurikuler .....         | 27 |
| 5. Hakikat Metode Belajar Dan Latihan ..... | 32 |
| B. Penelitian Yang Relevan .....            | 33 |
| C. Acuan Teoritis .....                     | 34 |
| D. Model Tindakan .....                     | 35 |

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| A. Tujuan Penelitian .....           | 37 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian ..... | 37 |
| C. Metode Penelitian .....           | 38 |

|                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------|-----------|
| D. Rancangan Penelitian .....                                       | 38        |
| E. Desain dan Prosedur Tindakan.....                                | 42        |
| F. Kriteria Keberhasilan Tindakan .....                             | 45        |
| G. Sumber Data .....                                                | 45        |
| H. Instrumen Pengumpulan Data .....                                 | 46        |
| I. Keabsahan Data.....                                              | 50        |
| J. Teknik Analisis Data .....                                       | 51        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>                       |           |
| A. Hasil Penelitian                                                 |           |
| 1. Penelitian Tindakan ( <i>Action Research</i> )                   |           |
| <i>Passing</i> bawah Metode <i>Drill</i> dengan Hasil Kautz         |           |
| volleyball passing test .....                                       | 52        |
| 2. Hasil Penelitian Tindakan ( <i>Action Research</i> )             |           |
| <i>Passing</i> Bawah dengan Metode <i>Drill</i> pada Siklus I ..... | 54        |
| 3. Hasil Penelitian Tindakan ( <i>Action Research</i> ) .....       | 57        |
| B. Pembahasan .....                                                 | 61        |
| <b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>                        |           |
| A. Kesimpulan .....                                                 | 65        |
| B. Implikasi .....                                                  | 66        |
| C. Saran .....                                                      | 67        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                         | <b>68</b> |

## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                                                                                                          | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Gerak Dasar                                                                                                   |         |
| <i>Passing</i> Bawah Bolavoli .....                                                                                                            | 47      |
| 2. Interval Kategori Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Siswa .....                                                                             | 49      |
| 3. Distribusi Frekuensi <i>Passing</i> bawah Metode <i>Drill</i> dengan Kautz<br>volleyball <i>passing</i> test.....                           | 52      |
| 4. Data Keterampilan <i>passing</i> bawah dengan metode <i>Drill</i> Siklus I.....                                                             | 55      |
| 5. Data Keterampilan <i>passing</i> bawah dengan metode <i>Drill</i> berdasarkan<br>norma.....                                                 | 57      |
| 6. Data Keterampilan <i>passing</i> bawah dengan metode <i>Drill</i> Siklus II.....                                                            | 59      |
| 7. Data keterampilan <i>passing</i> bawah dengan metode <i>Drill</i> Siklus I dan<br>Siklus II Berdasarkan Norma Penilaian.....                | 61      |
| 8. Data keterampilan <i>passing</i> bawah dengan metode <i>Drill</i> Fase Pertama,<br>Siklus I dan Siklus II Berdasarkan Norma Penilaian ..... | 63      |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                                      | Halaman |
|-------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Passing bawah ke depan bola rendah .....                 | 23      |
| 2. Passing bawah bergeser diagonal 45 derajat ke depan..... | 23      |
| 3. Passing bawah bola jatuh di samping badan .....          | 23      |
| 4. Passing bawah bergerak mundur .....                      | 24      |
| 5. Model Kemmis dan Mc Taggart .....                        | 37      |
| 6. KetuntasanMuridpadaSiklus II.....                        | 51      |

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, tindakan moral, aspek perilaku hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan sendiri memiliki banyak pengertian yang berbeda akan tetapi maksud dan tujuannya tetap tertuju pada peningkatan kualitas sumber daya manusia. Pada Pasal 2 Bab II Undang-Undang RI Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003, menyatakan :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak dan peradaban bangsa dan martabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Tujuan pendidikan ini, salah satunya melalui pendidikan jasmani di sekolah, pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah telah dituangkan dalam kurikulum dengan bentuk kegiatan intrakurikuler, kurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah kegiatan yang rutin dilakukan oleh siswa pada jam sekolah dengan alokasi waktu yang telah ditentukan. Kegiatan kurikuler adalah kegiatan mempelajari bahan pengajaran yang

diberikan diluar jam pelajaran tatap muka sebagai tugas atau pekerjaan rumah untuk menunjang bahan pengajaran yang diberikan dalam tatap muka. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran tatap muka. Kegiatan ini merupakan suatu pembinaan diluar sekolah dengan tujuan mendalami pemahaman dan pengetahuan siswa tentang berbagai macam mata pelajaran terutama mata pelajaran Penjasorkes. Siswa dapat memilih cabang olahraga yang digemarinya sebagai menyalurkan bakat dan minat dalam kegiatan olahraga di sekolah. Sejalan dengan penjelasan diatas, Undang-Undang Republik Indonesia ( UURI ) No.3 Tahun 2005 Pasal 4 tentang sistem keolahragaan Nasional menyatakan bahwa “ Pembinaan dan Pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan Intrakurikuler maupun Ekstrakurikuler”.

Pembinaan luar sekolah atau ekstrakurikuler dapat dikhususkan kepada siswa yang memiliki potensi, minat, dan berbakat terhadap salah satu cabang olahraga. Hal ini ditujukan untuk memudahkan dalam pencarian atlet-atlet berpotensi disetiap sekolah, sehingga siswa-siswa tersebut bisa dibina ditingkat pusat dengan tujuan meraih prestasi maksimal.

Pembinaan dan pengembangan atlet hendaknya sudah dilakukan sejak anak usia muda karena pembinaan dan pengembangan atlet sejak anak usia muda akan dapat lebih berhasil, jika dibandingkan dengan yang dimulainya terlambat. Hal ini disebabkan, karena anak berusia muda masih belum banyak pengaruh-pengaruh negatif, yang memungkinkan akan menjadi faktor

penyebab dalam usaha pengembangan potensi olahraganya. Dengan demikian maka pembinaan dan pengembangan dimulai sejak anak usia muda lebih menguntungkan karena :

- a. Bakat yang dimiliki oleh anak lebih berkembang secara subur.
- b. Organ tubuh anak, seperti jantung dan paru-paru, mengenai kemampuan aerobik dan anaerobik sudah berkembang sejak dini.
- c. Kelenturan dan kekuatan otot-ototnya lebih mudah dikembangkan, sehingga kemampuan otot lebih baik.
- d. Indera dan syaraf sudah mulai dilatih dan dipacu sejak dini sehingga lebih peka baik terhadap penglihatan, perasaan, rangsangan, maupun gerakan.
- e. Pertumbuhan dan perkembangan akan berjalan dengan harmonis (Soeharsono,1991, dalam Tangkudung, 2006 : 27 )

Dari kutipan di atas, maka dapat dikatakan bahwa membina anak usia muda jauh lebih baik, bila dibandingkan dengan anak yang berusia matang atau anak yang sudah berumur. Karena anak usia muda belum terpengaruh dengan hal-hal negatif seperti mabuk-mabukan, narkoba, merokok dan fungsi kondisi fisik umumnya lebih mudah dikembangkan.

Sistem pembinaan olahraga berlandaskan pada (1) pendidikan jasmani dan organisasi olahraga Nasional, yang di dalam mencakup program pendidikan di Sekolah, rekreasi dan klub-klub olahraga, dan struktur organisasi dan pemerintahan, dan (2)sistem latihan olahraga ( Lutan, dkk, 2000:11). Dengan demikian pembinaan atlet dapat dilakukan melalui pendidikan jasmani di sekolah dan sistem latihan olahraga. Dalam pembinaan

dan peningkatan Prestasi olahraga dapat dilakukan dengan berbagai cara, akan tetapi lebih baik pembinaan itu terprogram, terorganisir dan berkesinambungan. Pembinaan olahraga di sekolah disebut dengan Ekstrakurikuler.

Untuk melangsungkan kegiatan ekstrakurikuler dengan baik, sangat ditentukan oleh empat macam elemen pendidikan yang saling terkait di dalamnya, yakni : 1) adanya Sarana dan Prasarana memadai, 2) adanya guru yang memiliki kemampuan yang baik, 3) adanya siswa yang akan dikembangkan untuk mencapai tujuan pendidikan, dan 4) adanya dukungan yang baik dari Kepala Sekolah ( Depdikbud,1998: 05)

Untuk memenuhi tuntutan kegiatan Ekstrakurikuler, maka peranan masing-masing elemen harus saling berkontribusi sesuai dengan fungsinya masing-masing untuk mencapai tujuannya. Jika salah satu komponen tersebut tidak berkontribusi dengan baik maka pencapaian hasil tidak didapatkan secara maksimal.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang banyak dilakukan oleh sekolah-sekolah pada saat sekarang ini, karena ekstrakurikuler adalah kegiatan positif sebagai wadah penyalur bakat, minat dan kemampuan siswa selain bidang akademiknya. Salah satu cabang olah raga dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah yaitu bolavoli. Karena bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari dimasyarakat. Bahkan di lembaga sekolah permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang wajib diajarkan bagi siswa sekolah. Hal ini karena banyak manfaat yang diperoleh

melalui permainan bolavoli baik untuk perkembangan jasmani maupun rohani.

Dalam hal ini Suharno HP. (1985: 2) bahwa:

“Perkembangan jasmani dari permainan bolavoli yaitu untuk pembentukan sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan serta kemampuan jasmani yang mencakup kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya. Perkembangan rohani dilihat dari segi kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah positif sesuai tuntutan masyarakat Indonesia”

Banyak manfaat yang diperoleh melalui kegiatan bermain bolavoli.

Oleh karena itu membelajarkan permainan bolavoli bagi siswa sekolah sangat penting agar kemampuan jasmani dan rohani siswa berkembang dengan baik. Dengan berkembangnya kemampuan jasmani dan rohani akan mendukung pencapaian tujuan belajar bahkan prestasi pada cabang bolavoli. Menurut Sukirno (2012:11) cabang olahraga bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga populer di Indonesia bahkan dunia. Disamping itu cabang olahraga bolavoli sebagai alat pendidikan, yang masuk dalam pendidikan jasmani di sekolah pada kegiatan intrakurikuler dan kegiatan ekstrakurikuler. Pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli salah satu pendukung berhasilnya proses latihan menjadikan suatu prestasi adalah strategi, model atau metode yang digunakan pelatih/guru untuk mengembangkan potensi siswa tersebut. Pengembangan model, metode ataupun strategi dalam ekstrakurikuler bolavoli harus mampu mendukung tercapainya kualitas atau prestasi yang maksimal. Sebagai langkah awal dalam permainan bolavoli bagi siswa terlebih dahulu memahami teknik dasar bolavoli.

Hal ini sesuai pendapat Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono (2000:

6) bahwa:

“Teknik dasar bolavoli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi bolavoli. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental”.

Penguasaan terhadap teknik dasar bolavoli pada siswa peserta ekstrakurikuler tersebut memerlukan metode dalam pencapaian tujuan, karena metode merupakan suatu cara atau jalan yang ditempuh yang sesuai, dan serasi untuk menyajikan suatu hal, sehingga akan tercapai suatu tujuan pembelajaran yang efektif dan efisien.

Menguasai macam-macam teknik dasar bolavoli merupakan fondasi agar dapat bermain bolavoli dengan baik dan benar. Adapun teknik dasar bermain bola voli yang harus dikuasai terdiri beberapa macam yaitu: (1) *passing*, (2) *servis*, (3) *smash*. Dari ketiga teknik dasar tersebut *passing* tepatnya *passing* bawah merupakan dasar yang paling utama dan merupakan teknik dasar bolavoli. Teknik ini digunakan untuk menerima *servis*, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang kebawah dan memukul bola yang memantul dari net, karena kedudukannya yang begitu penting maka para pemain berusaha untuk bisa melakukan teknik dasar *passing* bawah dengan baik. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli, yaitu teknik pengoperan bola dengan sikap tangan di bawah (meraup). Bagi anak didik dan pemain pemula, teknik ini dirasakan lebih wajar, gampang dan terutama lebih aman pada saat menerima bola yang keras,

dibandingkan dengan gerak *passing* atas yang memerlukan sikap tangan dan jari khusus. Dengan teknik *passing* bawah semua bola yang datang bisa diterima dengan mudah dan dapat dilambungkan kembali, juga apabila posisi bola sangat rendah atau menyamping dari tubuh. Penguasaan teknik dasar secara sempurna dapat dicapai dengan melakukan latihan-latihan kontinue dan menggunakan metode latihan yang baik.

Pelaksanaan terhadap penguasaan teknik *passing* bawah bolavoli pada siswa SMK N 1 Enam Lingkung khususnya peserta ekstrakurikuler belum terlaksana secara maksimal, hal ini terlihat dari nilai tes penguasaan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler pada semester I Tahun Ajaran 2014/2015 yang diikuti 50 orang siswa hanya 15 orang atau 30% siswa yang hampir bisa melakukannya dan berdasarkan pengamatan dari peneliti di lapangan. Informasi yang peneliti dapat dari siswa itu sendiri dan guru olahraga bahwa kurang adanya minat pada permainan bolavoli dikarenakan siswa tersebut takut melakukan *passing* bawah nantinya mengalami tangan sakit dan malas menggerakkan anggota badan. Pemahaman *passing* bawah pada siswa masih sangat kurang misalnya, bagaimana pelaksanaan *passing* bawah yang benar, tujuan dan fungsi *passing* bawah dalam permainan bolavoli, ketidakpercayaan diri mereka dalam melakukan teknik *passing* bawah serta, pengalaman, metode dan keterampilan yang ada sebelumnya belum bisa menunjang pelaksanaan keterampilan *passing* bawah yang baik terhadap siswa. Berdasarkan hal tersebut salah satu metode yang dapat diimplementasikan

untuk mengatasi permasalahan pada ekstrakurikuler cabang bola voli tingkat menengah atas adalah metode *Drill*.

Metode ini merupakan suatu metode dalam pengajaran dengan melatih peserta didik terhadap bahan yang sudah diajarkan/ berikan agar memiliki ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah dipelajari (Sudjana, 1995:86). Penggunaan metode *Drill* pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli diharapkan siswa lebih mudah memahami dan melakukan karena kegiatannya berupa pengulangan berkali-kali supaya asosiasi stimulus dan respon menjadi sangat kuat dan tidak mudah dilupakan, dengan demikian terbentuklah sebuah keterampilan (pengetahuan ) yang setiap saat bisa digunakan oleh yang bersangkutan. Melalui penggunaan metode *Drill* diharapkan dapat mempermudah pemahaman materi terhadap passing bawah yang diberikan dan nantinya dapat mempertinggi kualitas proses latihan yang selanjutnya dapat meningkatkan prestasi siswa pada cabang bolavoli.

Berdasarkan pengamatan peneliti selama ini penguasaan terhadap teknik *passing* bawah belum terlaksana secara maksimal karena dipengaruhi oleh berbagai macam diantaranya adalah : (1) masih banyak siswa yang belum memahami dan kurang mampu melakukan *passing* bawah dengan baik dan benar, hal ini dapat dilihat dari pelaksanaan *passing* tersebut yang sering melenceng atau ketidak akuratan perkenaan tangan dengan bola, *passing* bawah masih belum berhasil karena seringkali bola jatuh dan tidak bisa di kendalikan pada saat melakukan *passing* bawah, siswa kurang memiliki kemampuan untuk menerima bola atau mengendalikan bola, pelaksanaan

*passing* bawah belum maksimal karena masih banyak kesalahan-kesalahan dalam pelaksanaan maupun teknik lainnya, (2) keterbatasan kemampuan guru dalam melatih dan menggali potensi siswa, (3) Waktu latihan yang sedikit atau terbatas sehingga pemahaman dan ketangkasan terhadap teknik dasar tidak sepenuhnya terlaksana.

Berdasarkan dari hal-hal diatas maka peneliti melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul yaitu Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Dengan menggunakan Metode *Drill* Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler SMKN 1 Enam Lingkung.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang peneliti ajukan terdapat beberapa masalah yang dapat diidentifikasi, diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Masih rendahnya kemampuan dan keterampilan siswa terhadap *passing* bawah bolavoli.
2. Kurangnya antusias siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.
3. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 1 Enam Lingkung tahun pelajaran 2015/2016 belum menunjukkan hasil yang maksimal.
4. Kurangnya sarana dan prasarana bolavoli sehingga berdampak pada kemampuan *passing* bawah bolavoli.
5. Perlu diterapkan metode yang tepat untuk meningkatkan teknik *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Enam Lingkung.

### C. Fokus Penelitian

Banyaknya masalah yang muncul dalam penelitian, maka perlu difokuskan agar tidak menyimpang dari permasalahan penelitian. Fokus dalam penelitian ini adalah perlu diterapkan metode yang tepat untuk meningkatkan teknik *passing* bawah bolavoli pada siswa ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Enam Lingkung.

### D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada pembatasan masalah maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah. Apakah keterampilan *passing* bawah dapat ditingkatkan dengan menggunakan metode *Drill* pada siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingkung ?

### E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keterampilan *passing* bawah dengan menggunakan metode *Drill* pada siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingkung.

### F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna secara :

1. Secara teoritik dapat memberikan sumbangan pemikiran, memperkaya konsep-konsep, dan teori-teori terhadap teknik dasar pada permainan bolavoli.

2. Secara Praktis diharapkan penelitian ini memberikan sumbangan pemikiran bagi pemecahan masalah yang dihadapi oleh :

a. Siswa

Melalui metode *Drill* ini siswa semakin giat berlatih dan meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli.

b. Bagi Guru

Dapat diperoleh informasi tentang metode yang baik dan efektif untuk meningkatkan *passing* bolavoli dan pencapaian prestasi olahraga bolavoli.

c. Sekolah

Sebagai masukan dalam mengefektifkan pembinaan dan pengelolaan sumber daya manusia berprestasi pada cabang olahraga bolavoli di sekolah.

3. Bagi Peneliti yang lain

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber bacaan dan inspirasi bagi peneliti yang lain dan bisa melanjutkan penelitian terhadap teknik dasar cabang olahraga lainnya.

4. Penulis

Sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Magister Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

## BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

Dalam bab ini diuraikan tentang kesimpulan dan saran. Kesimpulan hasil penelitian berkaitan dengan keterampilan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan metode *Drill* siswa peserta ekstrakurikuler. Kesimpulan dan saran berisi sumbangan pemikiran peneliti berkaitan dengan hasil penelitian ini. Kesimpulan dan saran peneliti diuraikan sebagai berikut:

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan peneliti dapat menyimpulkan bahwa keterampilan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan metode *Drill* siswa peserta ekstrakurikuler. Hasil latihan pada siklus I siswa peserta ekstrakurikuler terlihat masih sebagian yang memperoleh hasil dari tes dibawah rata-rata, hal ini dikarenakan masih ada dari sebahagian siswa yang kurang sungguh-sungguh atau kurang paham pada kegiatan yang dilakukan.

Hasil siklus II siswa sudah memperoleh hasil diatas standar keberhasilan dan siswa sangat menikmati dan antusias dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler *passing* bawah dengan metode *Drill*.

Hasil dari pelaksanaan *passing* bawah dapat disimpulkan bahwa, siswa yang memiliki teknik pertahanan yang baik maka dengan adanya koordinasi anggota tubuh antara tangan, lutut dan kaki maka siswa tersebut telah mampu melakukan teknik *passing* bawah yang baik. Hal ini terlihat dari hasil latihan yang diperoleh siswa pada pelaksanaan tindakan dalam siklus II berjalan jauh lebih baik dari siklus I. Siswa yang sebelumnya belum mencapai standar

ketuntasan pada siklus II mampu mencapai standar ketuntasan nilai maksimal yakni 70. Dengan demikian, proses latihan/kegiatan ekstrakurikuler bolavoli teknik *passing* bawah dengan metode *Drill* dapat meningkat pada siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli.

## **B. Implikasi**

Berpedoman pada hasil penelitian yang ditemukan bahwa pelaksanaan metode *Drill* pada *passing* bawah dapat meningkatkan keterampilan teknik *passing* bawah bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMKN 1 Enam Lingsung. Artinya metode *Drill* yang digunakan dapat meningkatkan keterampilan teknik *passing* bawah siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli.

Implikasi temuan penelitian ini berdampak pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler telah mampu melakukan teknik *passing* bawah yang benar dan juga mampu meningkatkan prestasi permainan bolavoli. Keinginan siswa diharapkan dalam mengikuti latihan ini lebih antusias lagi sehingga hasil dari latihan dapat meningkatkan keterampilan dasar *passing* bawah bolavoli. Hal ini dapat dilakukan oleh pembina agar melakukan pendekatan secara intensif kepada siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli.

## **C. Saran**

Berdasarkan hasil dan temuan penelitian, penggunaan metode *Drill* pada *passing* bawah bolavoli peserta ekstrakurikuler, maka dikemukakan saran yaitu:

1. Kepada pihak sekolah memotivasi dengan pembina untuk menggunakan

metode yang lain yang dapat meningkatkan prestasi pada olahraga bolavoli pada teknik dasar lainnya karena salah satu metode yang dipakai yaitu *Drill* telah bisa meningkatkan teknik *passing* bawah.

2. Pembina ekstrakurikuler hendaknya terus menerapkan metode *Drill* pada peningkatan suatu keterampilan teknik dasar yang lainnya karena pada penelitian ini metode *Drill* telah mampu meningkatkan salah satu teknik dasar bolavoli yaitu *passing* bawah.
3. Bagi pembaca, agar tulisan ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan, khususnya bagi pembaca yang akan melakukan penelitian tindakan (*Action Research*).

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: ERA PUSTAKA UTAMA.
- Arikunto, S .2012. *Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Beutelstahl, Pieter. 2003. *Belajar Bermain Bola Volley*.Bandung: CV. Pionir Jaya.
- Blume. 2004. *Permainan Bolavoli (Training-Teknik-Taktik)*. Alih Bahasa Syafruddin. Padang. UNP.
- Erianti (2004). *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: FIK UNP
- Hamalik, Oemar. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumin Aksara.
- Kunandar. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Rajawali Press.
- Madya, Suwarsih. *Teori dan Praktik Penelitian Tindakan (Action Research)*. AFABETA BANDUNG. 2006
- PBVSJ. 2005. *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: Gedung Voli Senayan.
- Sugiyono. (2008). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung. Alfabete
- Suharno HP.1979. *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
- Syahara Sayuti dkk, *Buku Panduan Penulisan Tesis*. Padang, Pendidikan Olahraga S2.UNP. 2014
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 (2005). *Sistem Keolahragaan Nasional*.Bandung: Citra umbara
- Viera, dkk. 1996. *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta Departemen Pendidikan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.