

**STUDI KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BOLAVOLI MINI  
SISWA SD NEGERI 13 SIJUNJUNG KECAMATAN KUPITAN  
KABUPATEN SIJUNJUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu  
Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh  
Wiwik Eka Putri  
NIM. 06794**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2012**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

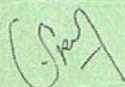
**Studi Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SD Negeri 13 Sijunjung  
Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung**

Nama : Wiwik Eka Putri  
NIM : 06794  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 24 April 2012

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dra. Erianti M. Pd  
NIP. 196207051987112001

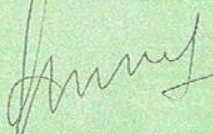
Pembimbing II



Drs. Zarwan, M. Kes  
NIP. 19611230198803100309

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M. Pd  
Nip. 195907051985031002

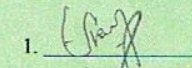
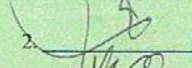
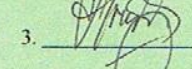


**HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI**

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

Judul : Studi Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SD Negeri  
13Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung  
Nama : Wiwik Eka Putri  
NIM : 06794  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 24 April 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Erianti, M. Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Zarwan, M. Kes	2. 
3. Anggota	: Prof. Dr. Syafruddin, M. Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Syafrizar., M. Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Kibadra, M. Pd	5. 

## Salam Persembahan



Ya Allah

Lapangkanlah hatiku dan mudahkanlah segala urusanku dan lepaskanlah kekakuan dari lidahku supaya mereka mengerti perkataanku, tambahkanlah kepadaku ilmu dan pengetahuan.

(At Thaha : 25, 28, 119)

Allah memberi ilmu yang berguna kepada siapa yang di kehendaki-NYA, siapa yang mendapat hikmah itu sesungguhnya ia mendapat kebaikan yang banyak dan tidak ada yang dapat mengambil pelajaran kecuali orang-orang yang mempunyai akal sehat.

(Q.S)\ AL-Baqarah : 269)

Syukur ku ucapkan padamu Ya Allah...Atas kehendakmu Ya Allah,  
Ku dapat meraih gelar Sarjana.

### Buat Ortu ku tercinta.....

Ku menyadari apa yang kubuat ini belum mampu membayar setetes keringat orang tuaku dan secuil pengorbanan kakak-kakakku.

Setetes keberhasilan ini kupersembahkan sebagai ucapan terima kasih kepada orang-orang tercinta yang telah memberikan arti dalam hidupku yang telah banyak berkorban tanpa pamrih.

Untuk Apaku Mansur dan Amakku Apriwati makasih atas kasih sayang yang apa amak berikan pada wik,do'akan wik ya pak,amak agar bisa menjadi anak yang sholeh dan berbakti pada amak dan apa.wik sangat sayang pada amak dan apa serta berzam dalam hati ingin membahagiakan amak dan apa.

## **Buat keluarga ku Tercinta....**

Kata yang tak terucapkan untuk my hero yang telah menghiasi hati ku.nal bersyukur berada diantara saudara yang telah membuat wik bangga dan tersanjung.**Amak,Apak Yang Wik Cinta Uda Noto, Adik Dila ,Piko** (yang Telah meberikan pengorbanan yang tak kan pernah wik lupakan moga allah balas dengan hidayah-Nya)

Trus salam sayang buat mamak yang memberikan keceriaan dan semangat tuk iwik. Moga nanti menjadi anak yang sholeh dan sholeha. wik sayang kalian...

*My friend in pend.penjas PGSD 08*

Terima kasih teman-teman yan telah mendukung iwik,wik mengundang teman-teman semua,acara wisuda.

**September 2012**

**By Wiwik Eka Putri**



## ABSTRAK

### **Wiwik Eka Putri, (06794) : Studi Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SD Negeri 13 Sijunjung Kabupaten Sijunjung**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan teknik dasar bolavoli siswa SD Negeri 13 Sijunjung Kabupaten Sijunjung tersebut. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik dasar bolavoli siswa SD Negeri 13 Sijunjung Kabupaten Sijunjung.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah sebanyak 28 orang, dengan rincian 16 orang siswa putera dan 12 orang siswa puteri. Teknik pengambilan sampel menggunakan total *sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 28 orang. Untuk memperoleh data dilakukan tes terhadap kemampuan teknik dasar bolavoli siswa terhadap siswa yang terpilih menjadi sampel/ Data dianalisis dengan menggunakan analisis dekriptif.

Berdasarkan tes terhadap kemampuan servis tangan bawah, dari 16 orang siswa putera ditemukan sebanyak 5 orang (31,25%) yang memiliki kategori baik dan untuk siswa puteri hanya 3 orang (25%) yang memiliki kategori baik dari 12 orang siswa puteri yang terpilih sebagai sampel dan kemampuan *passing* atas, siswa putera ditemukan sebanyak 5 orang (31,25%) yang memiliki kategori baik dan untuk siswa puteri juga 5 orang (41,67%). Sedangkan kemampuan *passing* bawah, siswa putera ditemukan sebanyak 7 orang (43,75%) yang memiliki kategori baik dan untuk siswa puteri hanya 3 orang (25%) yang memiliki kategori baik

## KATA PENGANTAR

Pertama sekali penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SD Negeri 13 Sijunjung Kabupaten Sijunjung.

Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Yulifri, M.Pd Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dra. Erianti, M.Pd dan Drs. Zarwan, M.Kes selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah banyak sekali memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti kepada penulis.
4. Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd, Drs. Syafrizar, M.Pd dan Drs. Kibadra selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan

koreksi di dalam penyusunan skripsi ini, sehingga skripsi ini bisa lebih baik lagi.

5. Kedua orangtua ku serta seluruh keluarga ku tercinta yang selalu memberikan semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Pihak SD Negeri 13 Sijunjung Kabupaten Sijunjung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam penelitian ini.
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Pada kesempatan ini penulis mengharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, April 2012

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Bolavoli.....	8
2. Teknik Servis Bawah .....	10
3. Teknik Passing Bawah.....	13
4. Teknik Passing Atas .....	20
B. Kerangka Konseptual.....	24
C. Pertanyaan Penelitian .....	24
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	26
B. Tempat dan Tempat Penelitian .....	26
C. Populasi dan Sampel .....	26
D. Jenis dan Sumber Data.....	27
E. Defenisi Operasional.....	27
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	28
G. Teknik Analisa Data .....	31

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	32
B. Pembahasan.....	41
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	48
B. Saran .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Servis Tangan Bawah Siswa Putera .....	32
2. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Servis Tangan Bawah Siswa Putera .....	34
3. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Putera .....	36
4. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Puteri .....	37
5. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Siswa Putera ..	38
6. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Siswa Puteri ...	40

## DAFTAR GAMBAR

Gamba	Halaman
1. Teknik Servis Tangan Bawah.....	13
2. <i>Passing</i> Bawah Normal .....	18
3. Gerak Meluruskan Tungkai.....	18
4. Kontrol Sikap Lengan dan Tangan .....	19
5. Kepekaan Mengendalikan Bola .....	19
6. Gerakan Perubahan Arah.....	20
7. Keterampilan <i>Passing Atas</i> .....	22
8. Kerangka Konseptual .....	25
9. Instrument Tes Servis .....	29
10. Bentuk dan Ukuran Instrumen Tes Kemampuan <i>Passing Bawah</i> dan <i>Passing Atas</i> .....	30
11. Histogram Kemampuan Servis Tangan Bawah Siswa Putera .....	33
12. Histogram Kemampuan Servis Tangan Bawah Siswa Puteri .....	35
13. Histogram Kemampuan <i>Passing Atas</i> Siswa Putera .....	36
14. Histogram Kemampuan <i>Passing Atas</i> Siswa Puteri .....	38
15. Histogram Kemampuan <i>Passing Bawah</i> Siswa Putera .....	39
16. Histogram Kemampuan <i>Passing Bawah</i> Siswa Puteri .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Siswa Putera.....	52
2. Rekap Data Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Siswa Putera.....	53
3. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	54
4. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SD Negeri 13 Sijunjung Kabupaten Sijunjung.....	55
5. Dokumentasi Penelitian.....	56

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Indonesia sedang giat-giatnya membangun di segala bidang dan salah satunya adalah dalam bidang keolahragaan. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Pasal 25 ayat 3 dan 4 dinyatakan bahwa “pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler”.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pengembangan dan pembinaan olahraga dapat dilakukan melalui jalur pendidikan, baik dalam kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Selanjutnya kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan di sekolah tersebut dilakukan sesuai dengan kondisi sekolah dan bakat serta minat peserta didik, cabang olahraga yang dipilihnya.

Selanjutnya dalam kurikulum Sekolah Dasar, untuk mata pelajaran penjasorkes menurut Margiyani (2008:65) “memuat materi gerak dasar dalam permainan dan olahraga pada semester satu di kelas IV, dan semester dua di kelas V, diajarkan pembelajaran bolavoli. Teknik dasar yang diajarkan dalam pembelajaran berupa servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas, dan siswa diberikan pengetahuan dan pengalaman bermain bolavoli.

Permainan bolavoli merupakan permainan beregu dan merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan ditingkat Sekolah Dasar, yaitu melalui Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN). Untuk itu olahraga bolavoli dapat diberikan pembelajaran dengan baik yang bersifat kegiatannya intrakurikuler, maupun dalam kegiatan ekstrakurikuler. Sehingga kemampuan teknik dasar bolavoli dapat dikembangkan dan ditingkatkan.

Seseorang untuk dapat bermain bolavoli dengan baik tentu harus memiliki keterampilan dalam berbagai teknik dasar permainan bolavoli. Teknik dasar dalam permainan bolavoli dapat diartikan cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang optimal". Dengan demikian dapat diartikan bahwa teknik yang baik dalam permainan bolavoli tentunya di dasari oleh peraturan yang berlaku dan dilakukan secara efektif dan efisien dalam memainkan bola.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa teknik dalam permainan bolavoli merupakan serangkaian gerakan dalam memainkan bola yang dilakukan secara efisien dan efektif, sehingga tujuan dari permainan tersebut dapat dicapai dengan baik. Di Sekolah Dasar Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung telah melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli, dilatih oleh guru penjasorkes dan diikuti sebanyak 28 orang siswa yang duduk di kelas IV, kelas V dan kelas VI. Latihan diberikan sebanyak dua kali dalam

seminggu yaitu setiap sabtu sore dan kamis sore jam 16.00 sampai jam 17.30 wib, tempat latihan lapangan bolavoli di lingkungan sekolah.

Pembinaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga permainan bolavoli di sekolah ini bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat siswa dalam cabang olahraga permainan bolavoli. Sehingga nantinya diharapkan dapat berprestasi dalam mengikuti pertandingan-pertandingan, baik antar sekolah, ditingkat kecamatan atau pertandingan-pertandingan yang telah diagendakan oleh Dinas Pendidikan yang dikenal dengan pertandingan olahraga tingkat pelajar.

Mencapai prestasi dalam olahraga permainan bolavoli tidaklah mudah karena di dukung oleh banyak faktor, sehingga dalam pembinaannya berjalan dengan baik dan tujuan yang hendak dicapai dengan mudah didapatkan. Diantara faktor-faktor tersebut adalah sarana dan prasarana yang diperlukan untuk berlatih harus tersedia dengan baik, motivasi siswa dalam berlatih, kemampuan dan pengalaman guru penjasorkes sebagai pelatih, kondisi fisik siswa, lingkungan tempat berlatih, dukungan kepala sekolah, dukungan orang tua dan penguasaan keterampilan teknik dasar permainan bolavoli oleh siswa tersebut.

Sedangkan macam-macam teknik dasar dalam permainan bolavoli yaitu servis, *passing bawah*, *passing atas*, *smash* dan *block*. Servis dalam permainan bolavoli merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan dan dapat juga dikatakan sebagai serangan awal untuk memperoleh angka. *Passing* adalah mengoperkan bola

kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis di lapangan, terhadap siswa SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli, penulis menemukan bahwa teknik dasar bolavoli siswa masih rendah. Hal ini dapat dilihat pada saat mereka melakukan servis banyak bolanya melenceng keluar lapangan dan kadang-kadang menyangkut di net atau tidak sampai ke daerah lapangan lawan.

Kemudian *passing* bawah mereka masih belum baik karena terlihat sekali pada penerimaan bola dan mengoper bola ke teman atau melewati bola ke daerah permaian lawan. Artinya siswa belum mempunyai kemampuan dalam melakukan *passing* bawah. Begitu juga dengan *passing* atas, yang ditujukan untuk teman tidak bisa diterima dengan baik, sehingga bola umpan untuk teman sendiri tidak tepat. Selanjutnya penulis melihat dalam berlatih ada siswa yang belum mampu menerima dengan *passing* bawah dan *passing* atas dengan baik. Sehingga bola tidak dapat dimainkan dengan tiga kali sentuhan atau belum mampu mengoper bola atau mengumpan bola dengan baik, sehingga gagal untuk melakukan pukulan *smash* ke daerah lawan.

Melihat kenyataan di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian tentang teknik dasar bolavoli yang

dimiliki oleh siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung. Nantinya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai gambaran tentang keterampilan teknik dasar bolavoli siswa dan dicari solusinya sehingga siswa mempunyai kemampuan dalam bermain bolavoli, dan keterampilan bolavoli siswa dapat ditingkatkan.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka diidentifikasi masalah yakni sebagai berikut:

1. Teknik servis bawah siswa belum begitu baik
2. Teknik *passing* bawah masih perlu ditingkatkan
3. Teknik *passing* atas siswa belum baik
4. Teknik *smash* siswa belum sempurna
5. Teknik *block* siswa masih rendah

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya teknik dalam permainan bolavoli, serta agar penelitian ini lebih terfokus dan terarah, maka peneliti hanya meneliti beberapa teknik saja yaitu:

1. Teknik servis bawah
2. Teknik *passing* bawah
3. Teknik *passing* atas

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana kemampuan servis bawah bolavoli siswa di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.
2. Bagaimana kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.
3. Bagaimanakah kemampuan *passing* atas bolavoli siswa di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kemampuan servis bawah bolavoli siswa di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.
2. Kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.
3. Kemampuan *passing* atas bolavoli siswa di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini nantinya diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sendiri, sebagai salah satu persyaratan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru pendidikan jasmani sebagai pengajar di sekolah dalam meningkatkan keterampilan siswa khususnya olahraga bolavoli.
3. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sebagai masukan dan bahan bacaan serta referensi dalam penelitian selanjutnya.

4. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam.
5. Dinas terkait sebagai bahan pertimbangan dan masukan demi kelancaran dan peningkatan keterampilan bolavoli siswa khususnya di SD Negeri 13 Sijunjung Kecamatan Kupitan Kabupaten Sijunjung.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran. Adapun kesimpulan dan saran tersebut adalah:

#### **A. Kesimpulan**

1. Kemampuan servis tangan bawah, dari 16 orang siswa putera ditemukan sebanyak 5 orang (31,25%) yang memiliki kemampuan servis tangan bawah dengan kategori baik. Sedangkan untuk puteri yaitu sebanyak 6 orang (50%) yang memiliki kategori baik, dari 12 orang siswa puteri yang terpilih sebagai sampel.
2. Kemampuan passing atas, dari 16 orang siswa putera ditemukan sebanyak 5 orang (31,25%) yang memiliki kemampuan passing atas dengan kategori baik. Sedangkan untuk puteri juga 6 orang (50%) yang memiliki kategori baik, dari 12 orang siswa puteri yang terpilih sebagai sampel.
3. Kemampuan passing bawah, dari 16 orang siswa putera ditemukan sebanyak 5 orang (31,25%) yang memiliki kemampuan passing bawah dengan kategori baik. Sedangkan untuk puteri dari 12 orang yang terpilih sebagai sampel adalah sebanyak 7 orang (58,33%) yang memiliki kategori baik.

## **B. Saran**

Adapun beberapa saran yang dapat dikemukakan yang ditujukan kepada yakni sebagai berikut:

1. Guru penjasorkes:
  - a. Agar lebih kreatif dan aktif menciptakan bentuk-bentuk permainan dalam memberikan materi pembelajaran bolavoli sehingga keterampilan teknik dasar bolavoli dapat ditingkatkan.
  - b. Agar dapat memodifikasi sarana pembelajaran bolavoli, sehingga dapat melibatkan banyak siswa dalam kegiatan pembelajaran.
2. Siswa, agar lebih rajin dan tekun dalam mengikuti pembelajaran permainan bolavoli, sehingga kemampuan teknik dasar bolavoli dapat ditingkatkan.
3. Kepala sekolah sebagai pimpinan dapat menambah dan melengkapi sarana dan prasarana pembelajaran, khususnya pembelajaran mata pelajaran penjasorkes untuk materi bolavoli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). Panduan Olahraga Bolavoli. Jakarta. Era Pustaka Utama.
- Bachtiar. (1999). Pengetahuan Dasar-Dasar Permainan Bolavoli. Padang: FIK UNP.
- Barbara L. Viera, M.S dkk. (1996). Bolavoli Tingkat Pemula. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Buku Pedoman Akademik. (2009). Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang.
- Erianti. (2004). Buku Ajar Bolavoli. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang: Sukabina Press.
- Erianti. (2011). Buku Ajar Bolavoli. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Padang: Sukabina Press.
- Kruber, dkk (1984). Bolavoli, Pembinaan Teknik, Taktik, dan Kondisi, Pengantar Untuk Pelatih Dan Pendidik. Jakarta: PT Gramedia.
- Margiyani. (2008). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Jakarta: Bumi Aksara.
- Margono, (1993). Permainan Besar Bola Voli, Jakarta : Depdikbud, Balai Pustaka.
- Moekarto. (1999). Keterampilan Gerak Pada Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Universitas Terbuka.
- PBVSJ. (2005). Peraturan Permainan Bolavoli. Jakarta: Gedung Voli Senayan.
- Suhafrinal. (2007). Kontribusi Daya Ledak Otot Tangan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Servis Atas Bolavoli. Tesis Program Pasca Sarjana. Padang: UNP.
- Suharno, (1984). Ilmu Kepeleatihan Olahraga. Yogyakarta: Yayasan Sekolah Tinggi Olahraga.
- Undang-undang Republik Indonesia No. 3, Tahun (2005), Jakarta: Depdiknas.
- Winarno. (2006). Tes Keterampilan Olahraga. Malang: Universitas Negeri Malang.