

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN OLAHRAGA
DALAM KETERAMPILAN GERAK DASAR
PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI
(Eksperimen Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon)**

SKRIPSI

**diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



Oleh :

CEPPY ADITYA

NIM 1403485

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2020**

Ceppy Aditya, 2021

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN OLAHRAGA DALAM KETERAMPILAN GERAK DASAR PASSING
BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI (Eksperimen Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu**

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN OLAHRAGA
DALAM KETERAMPILAN GERAK DASAR
PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI
(Eksperimen Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon)**

Oleh

CEPPY ADITYA

**Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

© Ceppy Aditya

Universitas Pendidikan Indonesia

2020

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

**Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, fotokopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.**

CEPPY ADITYA

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN OLAHRAGA
DALAM KETERAMPILAN GERAK DASAR
PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI
(Eksperimen Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon)**

disetujui dan disahkan oleh dosen pembimbing :

Pembimbing I

**Drs. Mudjihartono, M.Pd.
NIP. 196508171990011001**

Pembimbing II

**Dr. H. Dian Budiana, M.Pd.
NIP. 197706292002121002**

Mengetahui

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.
NIP. 196808301999031001**

ABSTRAK

Ceppy Aditya. (NIM 1403485). Skripsi: Penerapan Model Pendidikan Olahraga Dalam Keterampilan Gerak Dasar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli (Eksperimen Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon). Skripsi ini dibimbing oleh Drs. Mudjihartono, M.Pd. dan Dr. H. Dian Budiana, M.Pd. Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, 2020.

Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana implementasi model pendidikan olahraga terhadap keterampilan gerak dasar *passing* bawah permainan bola voli. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode eksperimen dengan desain penelitian *pretest posttest control group desain*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon dengan jumlah sampel 22 siswa yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes ketepatan *passing* bawah modifikasi dari *Braddy Volley Ball Test* dan dokumentasi. Hasil akhir dalam penelitian ini kita dapat lihat bersama bahwa terdapat pengaruh model pendidikan olahraga terhadap peningkatan keterampilan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli yang telah penulis uraikan di atas sebelumnya. Rerata dari kelompok model pendidikan olahraga memiliki nilai sebesar 15,36 dengan nilai akhir 21,00 memiliki selisih persentasi sebesar 70%. Sedangkan nilai rata-rata kelompok kontrol sebesar 16,36 dan nilai akhir 17,82 dengan selisih persentasi sebesar 59,4%. Nilai *t* hitung lebih kecil dari pada *t* tabel maka dari itu hipotesis diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yg signifikan pada kelompok model pendidikan olahraga terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli.

Kata kunci: Keterampilan Gerak Dasar, Model Pendidikan Olahraga, *Passing* Bawah.

ABSTRACT

Ceppy Aditya. (NIM 1403485). Thesis: Application Of Sports Education Models in Basic Movement Skills forearm The Game Volleyball (Experiments On Grade VII Students Of Smpn 1 Plered Cirebon). This thesis is guided by Drs. Mudjihartono, M.Pd. and Dr. H. Dian Budiana, M.Pd. Health and Recreation Physical Education study program, Faculty of Sports and Health Education, Indonesia University of Education, 2020.

The main objective of this research is to determine the extent of implementation of sports education model on the basic movement skills of forearm pass in volleyball. The research method used was an experimental method with a *pre-test and post-test control group research design*. The subjects of this study were students of class VII SMPN 1 Plered Cirebon with total sample of 22 students divided into two groups, namely the experimental group and the control group. The research instrument used was a modified forearm pass accuracy test from the *Braddy Volley Ball Test* and documentation. The final results of this research, we could see there is an effect of the sports education model on improving learning outcome skills of forearm pass in volleyball game as the author has described above. The mean of the sports education model group has a value of 15.36 with a final score of 21.00 having a percentage difference of 70%. While the average value of the control group was 16.36 and the final score was 17.82 with a percentage difference of 59.4%. The t value is smaller than the t table, therefore the hypothesis is accepted. Thus it can be concluded that there is a significant effect on the sports education model group on the improvement of forearm pass in volleyball. Thus it can be concluded that there is a significant effect in the sports education group on the improvement of volleyball forearm pass skills.

Keywords: Basic Movement Skills, Sport Education Model, Volleyball Forearm Pass Skills.

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| LEMBAR PERNYATAAN | i |
| KATA PENGANTAR..... | ii |
| UCAPAN TERIMAKASIH..... | iii |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRACT | vi |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR BAGAN..... | xii |
| DAFTAR GRAFIK | xiii |
| | |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah Penelitian..... | 5 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 6 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 6 |
| 1.5 Struktur Organisasi Skripsi..... | 7 |
| | |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | 8 |
| 2.1 Hakikat Belajar | 8 |
| 2.1.1 Pengertian Belajar..... | 8 |
| 2.1.2 Pengertian Pembelajaran | 9 |
| 2.2 Hakikat Permainan Bola Voli..... | 10 |
| 2.2.1 Pengertian Permainan Bola Voli | 10 |
| 2.2.2 Teknik Dasar Permainan Bola Voli..... | 13 |
| 2.3 Model Pendidikan Olahraga | 20 |
| 2.3.1 Pengertian Model Pendidikan Olahraga | 20 |
| 2.3.2 Tujuan Model Pendidikan Olahraga..... | 22 |

| | | |
|------------------------------------|--|----|
| 2.3.3 | Karakteristik Model Pendidikan Olahraga | 23 |
| 2.3.4 | Pedoman Penerapan Model Pendidikan Olahraga..... | 24 |
| 2.3.5 | Peranan Siswa dalam Tim | 24 |
| 2.3.6 | Peran Guru dalam Model Pendidikan Olahraga | 26 |
| 2.3.7 | Peran Siswa Model Pendidikan Olahraga | 27 |
| 2.4 | Kerangka Berpikir | 27 |
| 2.5 | Hipotesis Penelitian | 28 |
| BAB III METODE PENELITIAN | | 30 |
| 3.1 | Desain Penelitian | 30 |
| 3.2 | Partisipan dan Waktu Penelitian..... | 32 |
| 3.2.1 | Partisipan | 32 |
| 3.2.2 | Waktu Penelitian..... | 32 |
| 3.3 | Populasi dan Sampel..... | 32 |
| 3.4 | Instrumen Penelitian | 33 |
| 3.5 | Prosedur Penelitian | 35 |
| 3.6 | Analisis Data..... | 38 |
| BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN | | 39 |
| 4.1 | Deskripsi Awal Penelitian | 39 |
| 4.2 | Hasil Penelitian..... | 39 |
| 4.3 | Analisis Data Penelitian..... | 41 |
| 4.3.1 | Uji Normalitas | 41 |
| 4.3.2 | Uji Homogenitas | 42 |
| 4.3.3 | Uji Hipotesis..... | 43 |
| 4.4 | Diskusi Penemuan | 46 |

| | |
|--|----|
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI | 50 |
| 5.1 Simpulan..... | 50 |
| 5.2 Implikasi | 50 |
| 5.3 Rekomendasi | 50 |
| DAFTAR PUSTAKA | 52 |

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Servis Bawah Permainan Bola Voli

Gambar 2.2 Servis Atas Permainan Bola Voli

Gambar 2.3 *The Dig* (menggali)

Gambar 2.4 Teknik Dasar Gerakan *Volley*

Gambar 2.5 Teknik Dasar Gerakan *Smash* atau *Spike*

Gambar 2.6 Teknik Dasar Gerakan Blok Permainan Bola Voli

Gambar 2.7 Sikap Lengan Bagian Dalam Saat Passing Bawah Satu Tangan

Gambar 2.8 Sikap Lengan Bagian Luar Saat Passing Bawah Satu Tangan

Gambar 2.9 Sikap Lengan Bagian Luar Saat Passing Bawah Satu Tangan

Gambar 2.10 Mengemis (*Thumb Over Palm Method*)

Gambar 2.11 *The Dig* (*Clenched First Method*)

Gambar 2.12 Rangkaian Gerakan Passing Bawah

Gambar 3.1 Test Ketepatan Passing Bawah

DAFTAR TABEL

- Tabel 2.1 Karakteristik Model Pendidikan Olahraga
- Tabel 2.2 Peran Siswa Dalam Model Pendidikan Olahraga
- Tabel 3.1 Desain Penelitian *Pretest Posttest Control Group Design*
- Tabel 3.2 Program Inti Latihan Guru dan Siswa
- Tabel 4.1 Hasil Analisis Tes Keterampilan Passing Bawah Kelas VII SMPN 1 Plered Cirebon
- Tabel 4.2 *One-Sample kolmogorov-Smirnov Test Pretest*
- Tabel 4.3 *One Sample Kolmogorov – Smirnov Tes Posttest*
- Tabel 4.4 Hasil Uji Homogenitas
- Tabel 4.5 Hasil Uji Hipotesis Siswa Kelas VII SMPN 1 Plered

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Langkah-langkah Pengambilan dan Pengolahan Data

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Rekap Hasil Tes Keterampilan Passing Bawah

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Ahmad, S. (2007). *Metodik melatih Permainan Bola voli*. Yogyakarta.: IKIP Yogyakarta.
- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga BolaVoli*. Solo: Era Pustaka Utama.
- Amirin, M.T. (1995). *Menyusun Rencana Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahagia, Y. & Suherman, A. (2000). *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.
- Barbara, L.V. (2004). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: Pt. Raja Grapindo Persada.
- Budiman D. & Yudiana Y. (2008). *Media Alat Dan Modifikasi Pembelajaran Penjas*. Bandung: Modul Fpok Upi.
- Dimiyati & Mudjiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2004). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Harsono. (1988). *Coaching Dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: Cv Kesuma.
- Husdarta, H. J. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Alfabeta.
- Koesyanto. H. (2003). *Belajar Bermain Bola Voli*. FIK UNNES Semarang.
- Sanjaya, W. (2013). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Siedentop, D. (1994). *Sport Education ; Quality PE Throught Positive Sport Experiences*. Champaign: Human Kinetic.
- Sudjana, N. (2004). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung :Sinar Baru Algensido Offset.
- Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta.

- Sunardi & Kardiyanto, D. W. (2013). *Bola Voli*. Surakarta: UNS Press.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, A. (1981). *Metodik melatih Permainan Bola voli*. Yogyakarta.: IKIP Yogyakarta.
- Suryobroto, A.S. (2004). *Diklat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Viera, L.B. (2004). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Penerjemah: Monti, Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Winarno. (2006). *Dimensi Pembelajaran Pendidikan dan Olahraga*. Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Yunus, S. B. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Yunyun dkk. (2013). *Model-model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Universitas Pendidikan Indonesia: FPOK.

Jurnal

- Bukhari, R. (2014). *Model Pendidikan Olahraga (Sport Education)*. Pjkr Fkip Unmul Samarinda, 1-22.
- Suherman, S.W (1996). *Model Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Jurnal: Cakrawala Pendidikan, vol 1, 48-49. doi: [10.21831/cp.v1i1.9202](https://doi.org/10.21831/cp.v1i1.9202).
- Signorile, J. (2007). *Periodisation Training For The Master Athlete*. Functional Exercise and Activity for Healty Aging, vol 5 no 5.

Skripsi

- Hartanto, A. (2012). *Hubungan Antara Kinerja Teknik Passing Bawah, Kesalahan Teknik Passing Bawah Dengan Ketepatan Passing Bawah Atlet Bola Voli Junior Baja 78 Bantul*. (Skripsi). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta,
- Setya, A.T. (2013). *Pengaruh Model Pembelajaran Pendidikan Olahraga Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Bola Voli*. (Skripsi). Bandung: FPOK UPI.

Internet

- Kaisa. (2016). *5 Teknik Dasar Permainan Bola Voli*. [Online]. Diakses dari <https://kaimasa.com/5-teknik-dasar-permainan-bola-voli>
- Vanissa. (2017). *Teknik Cara Servis Bawah dan Servis Atas Pada Permainan Bola Voli*. [Online]. Diakses dari <https://perpustakaan.id/teknik-cara-servis-bawah-dan-servis-atas-pada-permainan-bola-voli/>