



**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN *PASSING* BAWAH BOLA
VOLI MELALUI PERMAINAN BOLA BERANTING KELAS V SD
NEGERI PODOSARI TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka Penyelesaian Studi Strata I

Untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh :

Davit Ardianto

NPM : 20236023

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL DAN
KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**

2022

LEMBAR PENYELESAIAN PEMBIMBINGAN

Kami selaku pembimbing skripsi I dan II dari mahasiswa Universitas PGRI Semarang

Nama : Davit Ardianto
NPM : 20236023
Fakultas/Progdi : FIPSKR/PJKR
Judul Skripsi : Upaya peningkatan Pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting Kelas V SD Negeri Podosari Tahun Pelajaran 2021/2022.

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah selesai dan siap untuk diujikan.

Semarang, 25 Mei 2022

Pembimbing I

Pembimbing II



Osa Maliki, S.Pd., M.Pd.
NPP.148101425



Maftukin Hudah, S.Pd, M.Pd.
NPP.158801474

Mengetahui,

Dekan FIPSKR



Dr. Agus Sutono, S.Fil., M.Phil

NPP. 107801284

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Orang yang hebat adalah orang yang memiliki kemampuan menyembunyikan kesusahan, sehingga orang lain mengira bahwa ia selalu senang,”- Imam Syafii

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras, tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan, tidak ada kemudahan tanpa doa.”-Ridwan kamil

PERSEMBAHAN :

1. Allah SWT, terima kasih segala rahmat dan hidayah-Mu dan rezeki yang selalu mengalir serta kesehatan, laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Ibu Jumaiyah dan istri tercinta, terima kasih atas kasih sayang dan doa yang selalu tucurahkan kepadaku sehingga aku dapat menjadi seperti saat ini.
3. Anak-anakku Zaskia Nur Aprilia dan Ranum Kayona Humaira, terimakasih dukunganmu, kalianlah semangatku.
4. Saudara-saudaraku Tri Indah Kurniasih yang telah membantu memberi semangat dan bantuan materiil kepadaku.
5. Rekan-rekan guru SD Negeri Podosari yang selalu memberi bantuan dan semangat.

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama mahasiswa : Davit Ardianto

NPM : 20236023

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Semarang, 23 Mei 2022

Peneliti,

Davit Ardianto
NPM. 20236023

ABSTRAK

Davit Ardianto. 2022. “Upaya Peningkatan Pembelajaran *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Permainan Bola Beranting Siswa Kelas V SD Tahun Pelajaran 2021/2022”. Skripsi Jurusan PJKR. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas PGRI Semarang. Dosen Pembimbing I Osa Maliki,S.Pd., M.Pd. dan Dosen Pembimbing II Maftukin Huda,S.Pd`, M.Pd.

Latar belakang masalah siswa belum mampu *passing* bawah dengan benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pembelajaran dengan permainan bola beranting dapat peningkatan kemampuan *passing* bawah pada siswa. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah pembelajaran dengan bermain dapat peningkatan kemampuan *passing* bawah. Subyek penelitian ini siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring tahun pelajaran 2021/2022, penelitian dilaksanakan pada bulan Februari sampai Maret 2022

Metode penelitian menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Tindakan dalam dua siklus: 1) Siklus I, Pembelajaran *passing* bawah diawali dengan permainan bola beranting pada siswa. 2) Siklus II, Pembelajaran *passing* bawah diawali permainan bola beranting. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah tehnik tes dan observasi, data yang diperoleh dianalisis dengan analisis deskriptif dengan prosentase.

Hasil dari penelitian yaitu permainan bola beranting dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siswa. Berdasarkan data dari siklus I dan siklus II, yaitu hasil *pretest* rata-rata kemampuan *passing* bawah sebesar 23,81% menjadi 47,62% pada siklus I, dan meningkat menjadi 85,72% pada siklus II. Hasil ini menunjukkan dengan pendekatan bermain pembelajaran dapat diterima lebih mudah oleh siswa.

Simpulan dari penelitian ini adalah pembelajaran dengan metode bermain dapat berdampak positif terhadap perkembangan peserta didik dalam menguasai teknik *passing* bawah, serta menambah wawasan bagi guru dalam mengembangkan metode pembelajaran. Saran penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi bagi peneliti lain.

Kata kunci: ”Pembelajaran *Passing* Bawah Bola Voli, Permainan Bola Beranting, Siswa Kelas V”

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufiq, dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Upaya peningkatan Pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting Kelas V SD Negeri Podosari Tahun Pelajaran 2021/2022”

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini tidak lepas dari peran serta berbagai pihak yang mendukung dan membantu selesainya penulisan skripsi. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih atas bantuan dan perannya pada penyelesaian penulisan skripsi ini.

1. Rektor Universitas PGRI Semarang, yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di Universitas PGRI Semarang.
2. Dekan FPIPSKR Universitas PGRI Semarang, yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Program Studi PJKR. Universitas PGRI Semarang dan sekaligus menjadi pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan secara profesional hingga selesainya penulisan skripsi ini.
4. Pembimbing I Osa Maliki, S.Pd., M.Pd. yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang berarti hingga selesainya penulisan skripsi ini.
5. Pembimbing II Maftukin Huda, S.Pd., M.Pd. yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang berarti hingga selesainya penulisan skripsi ini.
6. Bapak Ibu Dewan penguji yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mempertanggungjawabkan hasil penulisan skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan hingga selesai penulisan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap dan berdoa semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi pembaca skripsi ini.

Semarang, 23 Mei 2022



Davit Ardianto.
NPM. 20236023

DAFTAR ISI

LEMBAR PENYELESAIAN PEMBIMBINGAN **Error! Bookmark not defined.**

LEMBAR PENGESAHAN **Error! Bookmark not defined.**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN iii

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI..... **Error! Bookmark not defined.**

ABSTRAK v

KATA PENGANTAR vii

DAFTAR ISI..... ix

DAFTAR GAMBAR xi

DAFTAR TABEL..... xii

DAFTAR LAMPIRAN..... xiii

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi masalah 4

C. Rumusan Masalah 6

D. Tujuan Penelitian 6

E. Manfaat Penelitian..... 7

1. Manfaat Teoritis 7

2. Manfaat Praktis..... 7

BAB II KAJIAN PUSTAKA 8

A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu 8

B. Landasan Teori..... 9

1. Hakikat Belajar 9

2. Pengertian Permainan Kecil 10

C. Hipotesis Tindakan..... 25

BAB III METODE PENELITIAN..... 26

A. Jenis Penelitian..... 26

1. Perencanaan (*planning*) 26

2. Pelaksanaan Tindakan (*action*)..... 26

3. Pengamatan (*observing*) 26

4. Refleksi (*reflection*) 27

B. Setting Penelitian	28
1. Subjek Penelitian.....	28
2. Obyek Penelitian	28
3. Waktu Penelitian	28
C. Variabel dan Indikator Keberhasilan Tindakan	29
1. Variabel Penelitian	29
2. Indikator Keberhasilan Tindakan	29
D. Sumber Data.....	30
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	30
1. Teknik Pengumpulan Data	30
2. Instrumen Penelitian	31
F. Prosedur / Siklus Penelitian.....	31
G. Perencanaan (planning).....	32
H. Pelaksanaan Tindakan (action)	32
I Pengamatan (observing).....	32
J. Refleksi (reflection).....	32
K. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Diskripsi Umum Objek Penelitian	41
1. Diskripsi Per Siklus	41
B. Hasil Penelitian dan Analisis Data.....	44
I. Siklus I.....	44
II. Siklus II	52
C. Pembahasan.....	58
1. Pembahasan Siklus I.....	59
2. Pembahasan Siklus II	59
BAB V PENUTUP.....	62
A. Simpulan	62
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	64
Lampiran-lampiran	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Bola Voli Mini	15
Gambar 2 2 Teknik <i>passing</i> bawah	18
Gambar 2 3 Lempar bola <i>passing</i> bawah	20
Gambar 2 4 Lembar bola <i>passing</i> bawah	21
Gambar 3 1 Siklus PTK.....	27
Gambar 3 2 PTK 4 Langkah	33
Gambar 4. 1 Diagram Aspek kognitif Siklus 1	48
Gambar 4. 2 Diagram Aspek Afektif Siklus 1	49
Gambar 4. 3 Diagram Aspek Psikomotorik Siklus 1	51
Gambar 4. 4 Diagram Aspek Kognitif Siklus II	54
Gambar 4. 5 Diagram Aspek Afektif Siklus II	55
Gambar 4. 6 Diagram Aspek Psikomotorik Siklus II	57
Gambar 4. 7 Diagram Peningkatan Ketuntasan Belajar.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1: Kriteria Penilaian	37
Tabel 3. 2 : Lembar Penilaian Kognitif.....	38
Tabel 3. 3: Lembar Penilaian Psikomotor.....	39
Tabel 3. 4 : Lembar Penilaian Afektif.....	39
Tabel 4. 1 Data awal <i>test passing</i> bawah	42
Tabel 4. 2 Data awal tiga aspek (afektif, kognitif, psikomotor)	43
Tabel 4. 3 Uraian Kegiatan Siklus I.....	45
Tabel 4. 4 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus I Aspek Kognitif	47
Tabel 4. 5 Hasil Pembelajaran Pada Siklus I Aspek Afektif.....	48
Tabel 4. 6 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus I Aspek Psikomotorik	50
Tabel 4. 7 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus II Aspek Kognitif	53
Tabel 4. 8 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus II Aspek Afektif	54
Tabel 4. 9 Hasil Pembelajaran Pada Siklus II Aspek Psikomotorik	56
Tabel 4. 10 Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. SK Penetapan Dosen Pembimbing	78
2. Ijin Penelitian	79
3. Surat Keterangan Kepala Sekolah	80
4. Surat Keterangan Kesiediaan Sebagai Teman Sejawat	81
5. Surat Pernyataan	82
6. Daftar Hadir Siswa	83
7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Pra Siklus	84
8. Rubrik Penilaian Pra Siklus	89
9. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 1	90
10. Lembar penilaian siklus 1	96
11. Daftar Nilai Afektif Siklus 1	97
12. Daftar Nilai Kognitif Siklus 1	98
13. Daftar Nilai Psikomotor Siklus 1	99
20. Indikator Pengamatan Guru	100
15. Lembar Observasi	101
16. Indikator Pengamatan Siswa	102
17. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 2	103
18. Lembar penilaian siklus 2	108
19. Daftar Nilai Afektif Siklus 2	109
20. Daftar Nilai Kognitif Siklus 2	110
21. Daftar Nilai Psikomotor Siklus 2	111

22. Indikator Pengamatan Guru	112
23. Lembar Observasi	113
24. Indikator Pengamatan Siswa.....	120
25. Foto Kegiatan Pembelajaran Siklus 1	116
26. Foto Kegiatan Pembelajaran Siklus 2.....	118

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan alat untuk membangun sumber daya manusia (SDM) yang bermutu tinggi dan mampu menghadapi tantangan yang sangat kompleks dalam menyiapkan kualitas SDM. Perlu kerja keras dari semua pihak agar tujuan pendidikan nasional dapat tercapai. Pendidik dan tenaga kependidikan berkewajiban menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, dan kreatif. Pengembangan Kurikulum 13 (kurtilas) yang mengacu pada standar nasional pendidikan untuk menjamin pencapaian tujuan pendidikan nasional yaitu mengembangkan 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. Kurikulum disusun agar memungkinkan pengembangan keragaman potensi, minat, kecerdasan intelektual, emosional, spiritual, dan kinestik peserta didik secara optimal sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi olahraga dan rekreasi merupakan bagian yang terpenting dari proses kebugaran secara keseluruhan yang pola pencapaian tujuannya menggunakan aktivitas jasmani sedangkan sasaran tujuan jasmani yang ingin dicapai meliputi tujuan dari segi kognitif, afektif, dan psikomotor. Kognitif dapat diartikan sebagai aspek yang meliputi fungsi intelektual seperti pemahaman, pengetahuan dan

kemampuan berfikir. Afektif dapat diartikan sebagai aspek yang menyangkut perasaan, moral dan emosi (kemampuan menerima, menanggapi, dan berkeyakinan). Psikomotor dapat diartikan sebagai aspek yang menyangkut ketrampilan motorik seperti gerak tubuh, perilaku bicara. Melihat Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi baik dari segi pola pencapaian tujuan maupun tujuan yang ingin dicapai maka perlu peninjauan yang lebih mendalam tentang Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi supaya nantinya tujuan Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi tersebut benar-benar memenuhi sasaran. Bola voli termasuk salah satu cabang olahraga yang masuk dalam kurikulum permainan bola besar di Sekolah Dasar yang harus diajarkan dan dikembangkan.

Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan kebugaran siswa. Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi merupakan media untuk mendorong perkembangan dan ketrampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental-emosional, spiritual, sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Sekolah harus dapat menyusun Kurikulum 13 (kurtilas) atau silabusnya dengan cara melakukan penjabaran dan penyesuaian standar kompetensi lulusan yang ditetapkan dengan Permendiknas No. 23 Tahun 2006. Kewenangan sekolah dalam menyusun kurikulum memungkinkan sekolah menyesuaikan dengan tuntutan kebutuhan siswa, keadaan sekolah, dan kondisi daerah. Dengan demikian, daerah atau sekolah memiliki cukup kewenangan untuk

merancang dan menentukan hal-hal yang diajarkan, pengelolaan pengalaman belajar, cara mengajar, dan menilai keberhasilan belajar mengajar.

Menurut Viera (2000: 2) bola voli merupakan jenis permainan olah raga beregu yang masing-masing regu dimainkan oleh dua tim, dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring. Pada dasarnya permainan bola voli adalah permainan olah raga beregu. Caranya dengan memantulkan bola di daerah lapangan permainan. Tujuannya adalah mematikan bola di daerah lawan. Prinsip permainan bola voli adalah memukul bola sebanyak-banyaknya 3 kali dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola itu melewati net dan jatuh di lapangan permainan lawan. Selain itu, para pemain harus dapat menguasai atau mengetahui teknik-teknik permainan bola voli. Penguasaan teknik-teknik dasar permainan bola voli tentunya harus membutuhkan latihan dan bimbingan sejak dini supaya terbentuk seorang atlet yang besar, tidak bisa secara instan terbentuknya.

Permainan bola voli seperti di atas merupakan permainan bola voli secara umum, sedangkan untuk anak Sekolah Dasar yang digunakan adalah permainan bola voli yang sederhana dengan memadukan antara olahraga dan permainan yaitu dengan permainan bola voli atau yang lebih populernya voli mini. Bola voli merupakan permainan bola voli dengan jumlah pemain yang dibutuhkan dalam satu regu ada 4 orang pemain dan 2 orang cadangan, dan juga ukuran lapangan yang lebih kecil dari ukuran permainan bola voli yaitu panjang lapangan 12 m, Lebar 6 m, tinggi net putra 2,10 m, tinggi net putri 2 m dan bola yang

digunakan no 4, (Tim Bina Karya Guru, 2004: 18). Selain siswa mengetahui syarat atau ketentuan permainan bola voli meliputi *passing* atas, *passing* bawah, *receive*, *service*, *spike*, *block* dan tidak ketinggalan diajarkan komposisi pemain. Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli adalah *passing*. *Passing* dapat digunakan untuk menerima atau mengoper bola.

Menurut Munasifah (2008: 16), cara *passing* bawah selain di gunakan untuk mengoper bola juga dapat digunakan untuk menerima bola serta mengambil bola yang datangnya rendah. *Passing* bawah harus banyak di latih supaya arah bola terkendali dan tidak sampai menimbulkan cedera tangan. Dalam latihan maupun dalam permainan, sangat perlu ditonjolkan *passing* bawah yang tepat dan aman.

B. Identifikasi masalah

SD Negeri Podosari adalah salah satu sekolah dasar di Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal yang letaknya di sebelah selatan Kabupaten kendal. Di Desa Podosari hanya terdapat satu SD Negeri. SD Negeri Podosari merupakan SD imbas di Gugus SYAILENDRA, SD Negeri Podosari terletak bersebelahan dengan Balai Desa Podosari. Tidak jauh dari SD Negeri Podosari terdapat pusat pengrajin batu bata merah dikecamatan cepiring.

Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi olahraga dan kesehatan adalah salah satu pelajaran favorit di SD. Dalam proses Ketrampilan Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal tahun pelajaran

2021/2022 masih terdapat beberapa kendala yang dihadapi siswa dalam melakukan olahraga permainan bola voli, dimana siswa masih mengalami kesulitan dalam belajar *passing* bawah bola voli. Saat Ketrampilan *passing* bawah bola voli, siswa merasa takut mencoba karena merasa sulit melakukannya. Kesulitan yang dihadapi siswa adalah tangan masih ditekuk belum bisa lurus sehingga bola kadang-kadang mengenai dada kadang-kadang muka siswa.

Guru memberikan contoh *passing* bawah yang benar disetiap pertemuan Ketrampilan dengan menggunakan peralatan yang sebenarnya, permainan yang sebenarnya. Hal ini menyebabkan siswa kesulitan melakukan *passing* bawah karena permainan bola voli yang sebenarnya sulit diterapkan menyebabkan anak cepat bosan. Sehingga hasil belajar maupun kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal tahun pelajaran 2021/2022 masih rendah, ini dibuktikan dengan nilai hasil dari proses Ketrampilan *passing* bawah bola voli oleh guru penjaskes di SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal kurang memuaskan, banyak sekali siswa yang belum tuntas, nilai rata-ratanya di bawah nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 75. Hanya ada 5 siswa dari 21 siswa yang telah Mencapai KKM. Sehingga hanya 23,81% ketuntasan yang dicapai, padahal target ketuntasan yang akan dicapai adalah 80,00%.

Teknik *passing* bawah merupakan gerak paling dasar dalam permainan bola voli. Kesulitan-kesulitan yang dihadapi siswa dalam melakukan *passing* bawah menuntut guru untuk berkreaitivitas menerapkan Ketrampilan yang tepat dalam menyampaikan materi Ketrampilan. Misalnya dengan

memodifikasi permainan. Berdasarkan latar belakang masalah seperti yang diuraikan diatas maka terlihat jelas bahwa kondisi tersebut menarik minat penulis untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul "Upaya Meningkatkan Ketrampilan *Passing* Bawah Bola voli Melalui Permainan Bola Beranting pada Siswa Kelas V SD Negeri Podosari Cepiring Kabupaten Kendal Tahun 2022".

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang akan dikaji dalam penulisan ini adalah “Bagaimana upaya peningkatan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Cepiring Kabupaten Kendal tahun 2022?”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang hendak dicapai dari penulisan ini adalah sebagai berikut: Untuk mengetahui permainan bola beranting dapat peningkatan Ketrampilan *passing* bawah pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Cepiring Kabupaten Kendal.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan teori Ketrampilan bola voli pada umumnya dan penggunaan permainan bola beranting dalam Ketrampilan *passing* bawah pada khususnya.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, khususnya bagi guru, siswa, sekolah dan peneliti.

- a. Bagi guru, dapat mengembangkan metode Ketrampilan yang paling tepat dan masukan dalam Ketrampilan olahraga di SD Negeri Podosari.
- b. Bagi siswa, diharapkan mampu melakukan *passing* bawah dengan baik, khususnya siswa kelas V di SD Negeri Podosari.
- c. Bagi sekolah, peneliti ini dapat peningkatankualitas Ketrampilan di sekolah dan peningkatanprestasi siswa dalam hal permainan bola voli.
- d. Bagi peneliti, mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, memperdalam permainan bola voli, dan mengetahui kekurangan dan kelemahan diri pada saat mengajar yang dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki diri

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Hasil telaah penelitian terdahulu yang pernah dilakukan sebelumnya yang berkaitan dengan variabel yang diteliti antara lain:

1. Suwarno Guru SD N Ketawang Grabag Purworejo judul penelitian Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bola Voli Mini Dengan Bola Plastik SD Negeri Ketawang Grabag Purworejo. Hasil penelitian menunjukkan hasil belajar *passing* bola voli mini dengan bola plastik SD Negeri Ketawang Grabag Purworejo dapat peningkatanminat dan motivasi terhadap proses pembelajaran *passing* bola voli mini sehingga dapat mencapai nilai KKM.
2. Deva Noviansyah Firdaus. 2020. judul penelitian Upaya Peningkatan *Passing* Bawah Bola Voli Mini Melalui Permainan Bola Karet pada Siswa Kelas V Tahun Ajaran 2019/2020 di SD Negeri Pasirwirana Kabupaten Serang. hasil penelitiannya yaitu hasil belajar *passing* bawah bola voli mini diperoleh melalui tes unjuk kerja, lembar observasi siswa yang digunakan untung mengumpulkan data kegiatan siswa melalui proses pembelajaran *passing* bawah bola voli mini melalui permainan bola karet dalam pembelajaran.
3. Yamroni Fahdian. 2013. judul penelitian Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Mini“dalam Pendidikan jasmani kesehatan dan

rekreasi Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas VI SD Islam Krdenan Kabupaten Grobogan Tahun Ajaran 2012/2013 hasil penelitiannya yaitu pembelajaran dengan menggunakan modifikasi bola voli mini dapat peningkatan hasil belajar bola voli siswa.

B. Landasan Teori

1. Hakikat Belajar

Belajar ialah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (I. Wardani.I.G.A.K, 2006: 2.17).

Menurut (Oemar Hamalik. 2001: 29) belajar adalah suatu proses bukan suatu tujuan tetapi merupakan suatu proses untuk mencapai tujuan. Jadi langkah-langkah atau prosedur yang harus ditempuh.

Menurut Bloom (Anni, dkk, 2006: 6-7), mengusulkan tiga taksonomi yang disebut dengan ranah belajar yaitu aspek kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotorik. Ranah kognitif berkaitan dengan hasil belajar berupa pengetahuan kemampuan dan kemahiran intelektual.

Belajar merupakan proses penting bagi perubahan perilaku manusia dan mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan. Belajar memegang peranan penting di dalam perkembangan ,kebiasaan, sikap, keyakinan,tujuan ,kepribadian,dan bahkan persepsi manusia. Oleh karena itu dengan menguasai prinsip-prinsip dasar tentang belajar,seseorang mampu

memahami bahwa aktifitas belajar itu memegang peranan penting dalam proses psikologis, (Anni,dkk,2006:2)

Berdasarkan pengertian para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu atau manusia secara sadar untuk perubahan tingkah laku baik melalui latihan dan pengalaman yang menyangkut aspek kognitif, afektif dan psikomotor untuk memperoleh tujuan tertentu. Selain itu belajar adalah sesuatu yang mutlak harus dilakukan oleh manusia untuk mendapatkan sesuatu yang belum di mengerti atau yang belum didalami secara menyeluruh tentang sesuatu hal. Dengan belajar seseorang akan dapat mengubah dirinya kearah yang lebih baik, baik dari segi kualitas maupun kuantitas pengetahuan yang dimilikinya. Apabila dalam suatu proses belajar seseorang tidak mengalami peningkatan kualitas maupun kuantitas kemampuan, maka orang tersebut pada dasarnya belum belajar, atau dengan kata lain gagal dalam belajar.

2. Pengertian Permainan Kecil

Permainan kecil adalah suatu bentuk permainan yang tidak memiliki ketentuan yang baku, baik mengenai peraturan permainannya, peralatan yang digunakan, ukuran lapangan, maupun waktu untuk melakukannya (subarjah herman. 2007: 1.15). Pengaruh permainan kecil bagi peserta didik sebagai berikut :

a. Pertumbuhan Fisik

Perkembangan fungsi pada masa anak-anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Puncak pertumbuhan fisik terjadi pada masa balita, usia 10-20 tahun. Melalui permainan yang mengutamakan aktivitas fisik akan merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik yang lebih cepat.

b. Perkembangan Motorik

Perkembangan kemampuan motorik terjadi pada masa anak-anak harus dikembangkan berbagai kegiatan motorik secara multilateral sehingga kemampuan motorik berkembang dengan baik.

c. Perkembangan Fungsional Tubuh

Secara fungsional, organ-organ tubuh mengalami penyempurnaan yang cepat. Apabila aktivitas fisik dilakukan secara teratur dan sesuai dengan perkembangan anak maka anak akan memiliki kesegaran jasmani yang memadai. Dan akhirnya memiliki daya tahan terhadap penyakit. Dengan adanya kemampuan untuk menahan penyakit diharapkan anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai dengan tugas perkembangannya.

d. Perkembangan Mental

Melalui permainan dapat dikembangkan beberapa sifat positif yang akan membangkitkan keinginan anak untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan tugas perkembangannya. Anak yang

memiliki pengalaman bermain melalui permainan, akan memiliki perkembangan mental yang baik, mentaati peraturan, jujur sportif, memiliki keberanian, sikap positif terhadap lingkungannya, pandai bergaul dan memiliki kepercayaan diri yang kuat. Sehingga kelak setelah dewasa diharapkan akan mampu dan berhasil mengarungi kehidupan yang sebenarnya di masyarakat.

Dari pengertian ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bermain atau permainan merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan dan aktivitas yang digunakan sebagai hiburan untuk kebugaran tubuh agar organ-organ tubuh berkembang sesuai tugas kembangnya.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat peneliti simpulkan bahwa pendekatan permainan adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan untuk suatu kegiatan yang menyenangkan. Selain itu, dengan mengetahui manfaat permainan diharapkan guru dapat melahirkan ide mengenai cara memanfaatkan kegiatan permainan untuk mengembangkan bermacam- macam aspek perkembangan siswa pada olahraga permainan bola voli khususnya *passing bawah*. Pendekatan permainan tersebut dapat diterapkan dalam proses pembelajaran *passing bawah* yaitu dengan memberikan bentuk permainan terlebih dahulu sebelum evaluasi.

3. Permainan Bola Voli

a. Sejarah Permainan Bola Voli

Permainan bola voli yang diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895, sebagai olahraga rekreasi pada umumnya dimainkan di dalam gedung atau di ruangan tertutup. Oleh sebab itu perkembangan agak lambat. Setelah olahraga ini dimainkan di lapangan terbuka dan perubahan-perubahan peraturan permainan, popularitasnya meningkat terutama di Amerika Serikat sendiri. Diluar Amerika permainan bola voli ini berkembang berkat jasa alumni sekolah guru Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi dari *Young Men Christian Association* (YMCA), serdadu dan anggota palang merah Amerika yang bertugas di Eropa dan Asia.

Organisasi bola voli internasional terbentuk pada tahun 1947 dengan nama FIVB dan tahun berikutnya diadakan kejuaraan bola voli untuk pertama kalinya di Praha Ceko. Sedangkan sebagai olahraga yang dipertandingkan pada Olympic Games terlaksana pada tahun 1964 di Tokyo. Pada tahun 1947 peraturan bola voli Amerika diterima sebagai peraturan internasional.

Perkembangan bola voli masuk ke benua Asia pertama kali pada tahun 1900 melalui india, diperkenalkan oleh seorang ahli Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi dari YMCA yang bernama De Grey. Pada tahun yang sama Robrtson dan Gailly memperkenalkan permainan bola voli di daratan Cina. Di Asia

selain sistem 6 orang jaga berkembang sistem 9 orang terutama di negara-negara Timur Jauh, sehingga sistem ini terkenal dengan nama sistem Timur Jauh atau “Far Eastem Volleyball System” Permainan sistem 9 orang ini berkembang di Asia kecuali di Jepang.

Permainan bola voli masuk ke Indonesia pada masa penjajahan Belanda yang diperkenalkan oleh guru-guru Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Sekolah Menengah dan serdadu Belanda yang bertugas di Indonesia. Setelah kemerdekaan, yaitu tahun 1948 olahraga bola voli masuk kedalam kurikulum Akademi Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi di Bandung. Bola voli secara resmi dipertandingkan secara nasional pada tahun 1951 dalam PON II Jakarta.

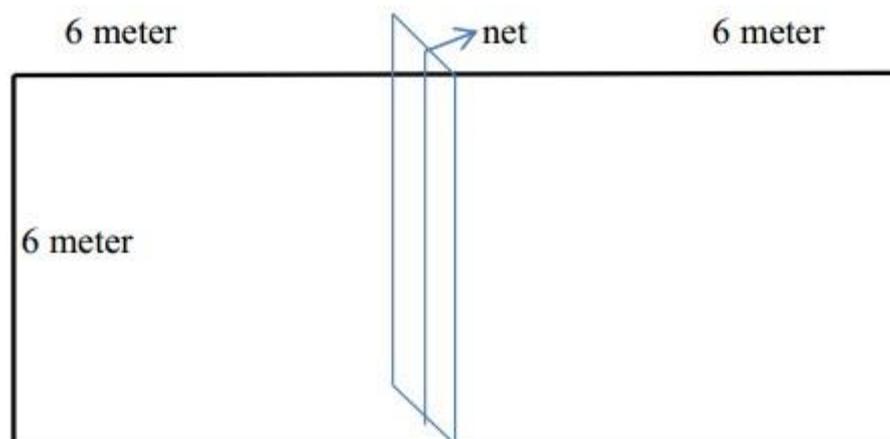
Organisasi bola voli nasional yaitu Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) terbentuk pada tanggal 22 Januari 1995. Dengan terbentuknya PBVSI, maka perkembangan bola di Indonesia semakin pesat. Melalui program-programnya PBVSI berusaha mengangkat bangsa Indonesia dalam percaturan prestasi bola voli di dunia. Ini dapat dilihat keikutsertaan tim bola voli pantai Indonesia pada Olimpiade Atlanta bulan Agustus 1996.

b. Permainan Bola voli Mini

Permainan bola voli mini merupakan pembelajaran Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang diterapkan di Sekolah Dasar.

Permainan bola voli mini ada perbedaan dengan permainan bola voli pada umumnya, karena dalam permainan bola voli mini jumlah pemain yang dibutuhkan dalam satu regu 4 orang pemain dengan 2 cadangan. Lapangan mini voli juga ada perbedaan dengan ukuran lapangan bola voli pada umumnya yaitu : (Tim Bina Karya Guru, 2004: 18).

- 1) Panjang lapangan 12 meter
- 2) Lebar lapangan 6 meter
- 3) Tinggi net untuk putra 2,10 meter
- 4) Tinggi net untuk putri 2 meter
- 5) Bola yang digunakan adalah nomor 4



Gambar 2. 1 Lapangan Bola Voli Mini

(Tim Bina Karya Guru)

Salah satu cara melatih voli mini bagi anak usia 9-13 tahun adalah sebagai berikut:

1) Latihan pengenalan bola

Untuk menanamkan rasa cinta terhadap permainan mini voli terlebih dahulu kita perkenalkan apa itu bola voli dengan bermacam- macam permainan, kita usahakan suasana bermain selalu kita ciptakan, sehingga anak-anak merasa senang dan menyukai, akhirnya mencintai bola voli. Misalnya ,lempar tangkap (boleh menggunakan bola apa saja selain bola voli)

2) Latihan menuju pembentukan fisik bola voli

Dalam permainan bola voli kesiapan fisik yang prima sangat menunjang tercapainya prestasi yang optimal, tentu saja disesuaikan dengan usia serta perkembangan jiwa. Misalnya, siswa dilatih lompat, push up, lari zig-zag melewati cones.

3) Latihan tehnik dasar bola voli

Bilamana anak-anak sudah menyenangi bola voli maka langkah selanjutnya adalah menerapkan tehnik-tehnik dasar bola voli secara bertahap, tehnik-tehnik bola voli meliputi *passing* bawah, *passing* atas, *receive*, *service*, *spike*, *block* dan tidak ketinggalan diajarkan komposisi pemain.

a) Tehnik *Passing* Bawah

Passing bawah dapat dilakukan dengan satu atau dua tangan dan penggunaannya sesuai dengan situasi dan tujuan yang ingin dicapai. Apabila bola datang keras dan agak jauh dari badan, maka ambil dengan *passing* bawah. Dalam permainan bola voli mengenal dua macam cara mengoper bola salah satunya *passing* bawah. Menurut Munasifah (2008:16), cara *passing* bawah selain digunakan untuk mengoper bola juga dapat digunakan untuk menerima bola serta mengambil bola yang datangnya rendah.

Passing bawah dalam permainan bola voli menurut Viera (2009:99), terbagi menjadi tiga tahap, yaitu sikap persiapan atau permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerakan lanjutan. Yang mana dapat dijelaskan sebagai berikut:

(1) Sikap Permulaan

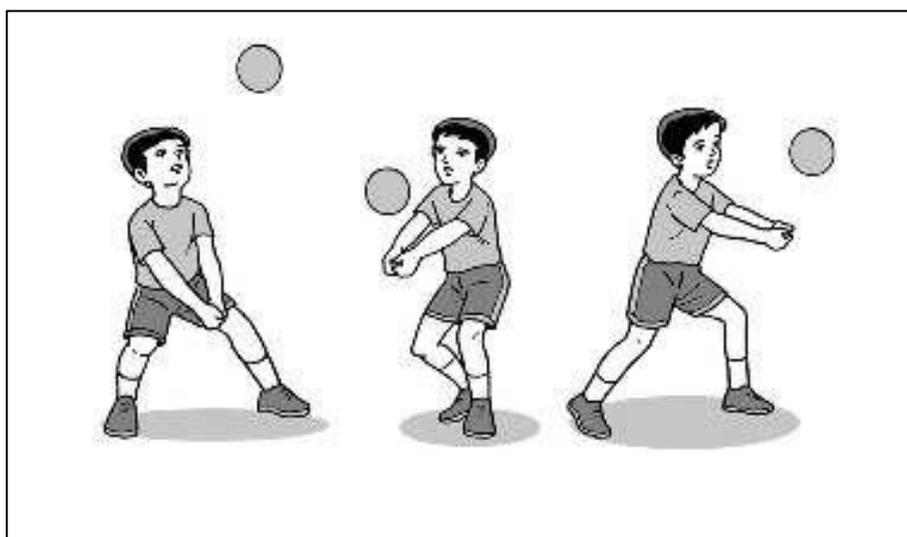
Kaki dalam posisi melangkah dan merenggang selebar bahu. Menekuk lutut dan rendahkan posisi tubuh ke lantai. Satukan telapak tangan dan lengan, kemudian jaga lengan depan sejajar dengan paha dan tempatkan landasan pada lengan anda pengarah ke sasaran anda .

(2) Gerakan Pelaksanaan

Kedua tumit telapak tangan menyatukan kedua ibu jari sejajar. Menjangkau ke arah bola dan terima bola dengan posisi tubuh rendah atau jauh dari tubuh dengan meredam kekuatan bola. Jatuhkan bahu sedekat mungkin dengan meredam kekuatan bola. Jatuhkan bahu sedekat mungkin dengan sasaran dan pindahkan berat badan ke depan. Gerakkan tubuh mendekati sasaran, arahkan bola tinggi ke tengah lapangan. Tekuk pergelangan tangan dan bengkokkan siku untuk memperoleh ketinggian.

(3) Gerakan lanjutan.

Perhatikan bola saat menyentuh tangan, landasan lengan depan mengarah ke sasaran. Jaga tangan tetap berada dibawah bahu. Kemudian, pindahkan berat badan kearah sasaran. Jaga tangan tetap berada dibawah bahu. Kemudian pindahkan berat badan kearah sasaran, dengan mata mengikuti bola sampai ke sasaran.



Gambar 2 2 Tehnik *passing* bawah

(BSE Penjasorkes Akhmad Olih Solikhin, Khairul Hadziq 2010.11)

Untuk mencapai pemahaman teknik dasar *passing* bawah dengan baik maka diperlukan latihan yang teratur dan terukur sehingga dapat menguasai tehnik *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan baik.

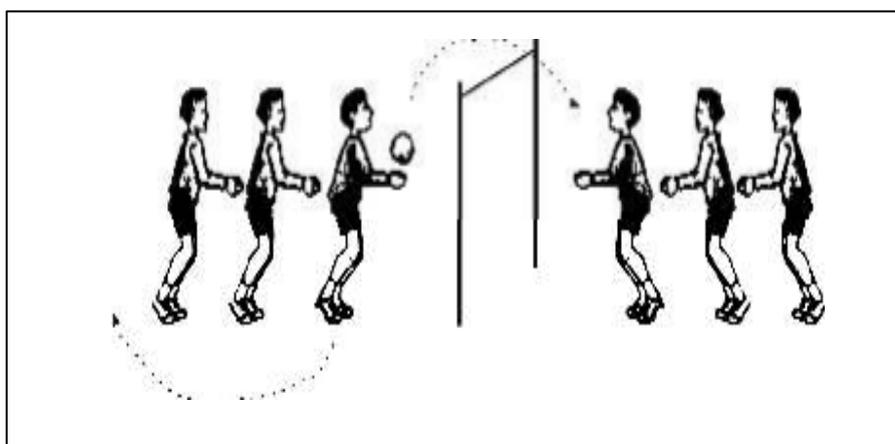
b) Permainan Bola Beranting

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) beranting mempunyai arti mempunyai ranting, ada rantingnya yang mulai bercabang, bersambung (dengan yang lain). Permainan bola beranting artinya permainan bola bersambung.

1. Tata Cara Bermain

1. Permainan Pertama

- 1) Siswa dibagi dalam 4 kelompok ,tiap kelompok terdiri 5-6 siswa.2) Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli standar dan net.
- 2) Permainan dimulai (*start*) setelah aba-aba dari guru, setelah guru memberi aba-aba permainan dimulai tiap kelompok melempar bola secara parabol kepada yang berada dihadapannya teman melewati net setelah melampar anak tersebut berlari baris paling belakang, yang menerima bola melempar kembali ke teman yang berada dihadapannya kemudian lari kebalakang seterusnya secara bergantian (gambar 3).



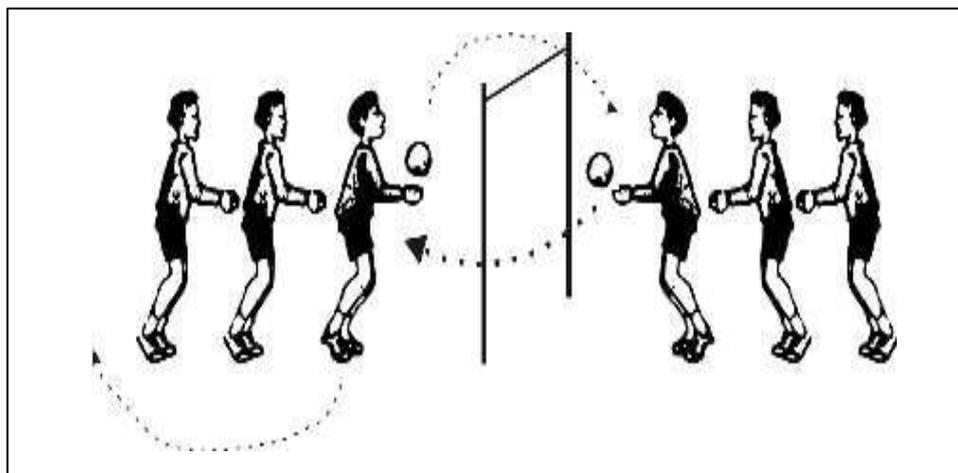
Gambar 2 3 Lempar bola *passing* bawah

(Dokumen priadi peneliti. 2022)

Permainan selesai jika dalam 1 kelompok tersebut telah menyelesaikan lempar bola kembali kepada orang pertama. Jika kelompok dinyatakan menang apabila sedikit yang jatuh atau tidak ditangkap dan kembali kepelampar pertama terlebih dahulu.

c) Permainan Kedua

- 1) Siswa dibagi dalam 4-5 kelompok, tiap kelompok terdiri 4-5 siswa
- 2) Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli standar dan net.
- 2) Permainan dimulai (start) setelah aba-aba dari guru kemudian tiap kelompok mengoper bola kepada teman dihadapannya melalui atas net kemudian, teman yang menerima lemparan dengan menangkap bola dan melemparkannya ke teman dihadapannya melalui bawah net (gambar 2.). Kemudian berlari bergantian dengan teman dan seterusnya.



Gambar 2 4 Lembar bola *passing* bawah

(Dokumen pribadi peneliti 2022)

- 4) Setelah semua melempar dan manerima kemudian gantian yang tadinya melempar dari atas net berubah menjadi melempar melewati bawah net begitu sebaliknya.

- 5) Permainan selesai jika dalam 1 kelompok tersebut banyak yang dapat mengoper bola menggunakan teknik *passing* bawah dan tidak menjatuhkan bola atau mengenai net selama 15 menit.
- 6) Jika kelompok yang lebih banyak mendapatkan nilai maka dianggap sebagai juara.

d). Karakteristik Siswa Kelas V

Masa usia Sekolah Dasar kelas V sebagai masa kanak-kanak yang belangsung dari usia delapan tahun hingga kira-kira usia sepuluh tahun. Karakteristik utama siswa sekolah dasar kelas V adalah menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak segi dan bidang, diantaranya perbedaan dan intelgensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Sedangkan Suyati, dkk (1992: 20-16), menyebutkan karakteristik anak umur 10-13 tahun atau kelas 5-6 adalah sebagai berikut:

1. Karakteristik Fisik

- 1) Otot tangan dan lengan lebih berkembang.
- 2) Anak-anak menjadi sadar akan keadaan jasmaninya.
- 3) Anak laki-laki senang pertandingan yang kasar dan keras.
- 4) Anak-anak pada masa ini ada perbaikan kecepatan bereaksi.

- 5) Anak-anak umur ini gemar akan jenis olahraga pertandingan.
 - 6) Koordinasi anak-anak umur ini baik, karena itu sudah dapat diajarkan jenis-jenis kegiatan yang agak sukar, artinya kegiatan yang memerlukan gerakan gabungan.
 - 7) Keadaan jasmani terlihat kuat, kokoh dan sehat.
2. Karakteristik Sosial dan Emosional
- 1) Bersamaan dengan proses kematangan fisik, emosinya pada waktu itu tidak stabil.
 - 2) Karena hasrat bergabung dan adanya perbedaan cara menimbulkan salah paham antara anak satu dan lainnya.
 - 3) Anak usia ini mudah timbul takjub.
 - 4) Anak-anak usia ini emosi biasa berontak.
 - 5) Mempunyai tanggapan positif terhadap penghargaan dan puji-pujian.
 - 6) Anak-anak masa ini mempunyai pandangan kritis terhadap tindakan orang dewasa.
 - 7) Rasa kebanggaan berkembang.
 - 8) Setiap hal yang dikejakan, menginginkan adanya penghargaan atau pengenalan.
 - 9) Ingin pengenalan atau penghargaan dari kelompok.

- 10) Anak-anak masa ini mudah memperoleh teman. Lebih senang melakukan kegiatan dalam kelompok dari pada kegiatan yang bersifat perorangan (individual).

3. Karakteristik Mental

- 1) Anak-anak masa ini lebih gemar bermain-main dengan mempergunakan bola.
- 2) Anak-anak lebih berminat dalam permainan-permainan berregu atau berkelompok.
- 3) Anak-anak sangat terpengaruh apabila ada kelompok yang menonjol atau mencapai prestasi tinggi.
- 4) Sementara anak masa ini mudah putus asa, karena itu usahakan bangun kembali atau bangkit kembali apabila tidak berhasil dalam mencapai sesuatu.
- 5) Dalam melakukan sesuatu usaha, selalu berusaha mendapat persetujuan dari guru terlebih dahulu.
- 6) Anak-anak masa ini pada umurnya memperhatikan soal waktu, karena itu berusaha bekerja tepat pada waktunya. Jadi, dengan tahapan-tahapan tersebut, diharapkan siswa kelas atas sekolah dasar lebih tertarik dengan pondasi gerakan permainan bola voli mini yang benar. Pada saat memasuki tahap spesifikasi, pondasi gerak dasar itu diharapkan sudah terbentuk.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kerangka berfikir tersebut diatas maka hipotesis tindakan dalam penelitian ini adalah : “Melalui Permainan bola beranting dapat peningkatanpenguasaan *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Kec. Cepiring Kab. Kendal”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas ((*Classroom Action Research*), dengan tujuan memperbaiki mutu pembelajaran siswa.

Penelitian tindakan kelas terdiri atas empat tahap yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observing*), refleksi (*reflection*), (Agus Kristiyanto, 2010:55). Adapun langkah yang dilakukan oleh guru dalam penelitian tindakan kelas ini sebagai berikut:

1. Perencanaan (*planning*)

Dalam tahap perencanaan ini meliputi pembuatan skenario pembelajaran, persiapan sarana pembelajaran, persiapan instrumen dan simulasi pelaksanaan tindakan.

2. Pelaksanaan Tindakan (*action*)

Pelaksanaan tindakan merupakan suatu kegiatan dilaksanakannya skenario pembelajaran yang telah direncanakan.

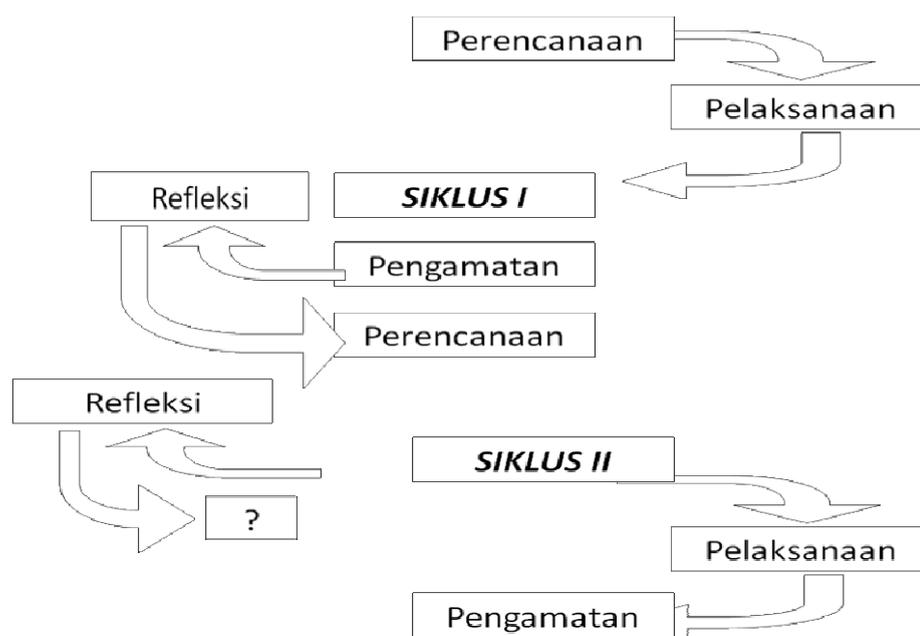
3. Pengamatan (*observing*)

Observer mengamati pelaksanaan tindakan untuk mengetahui sejauh mana efek pembelajaran dalam peningkatan pembelajaran yang dapat dilihat dari motivasi dan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran.

4. Refleksi (reflection)

Refleksi merupakan suatu kegiatan perenungan secara kritis apa yang terjadi selama pelaksanaan pembelajaran di kelas.

Tujuan utama PTK adalah untuk peningkatan dan perbaikan layanan profesionalisme guru dalam menangani proses belajar mengajar (PBM). Model penelitian tindakan kelas ini menggunakan model Agus Kristiyanto (2010:55) yang setiap siklus/ penelitiannya terdiri atas empat langkah, yaitu perencanaan, tindakan dan pengamatan, serta refleksi. Secara rinci ditunjukkan dalam gambar berikut ini :



Gambar 3 1 Siklus PTK

Sumber Arikunto Suharsimi

Secara terperinci prosedur penelitian tindakan kelas ini dijabarkan sebagai berikut:

B. Setting Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal. Keseluruhan siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal dijadikan subyek penelitian. Jumlah subyek dalam penelitian yaitu 21 orang yang terdiri atas 10 orang berjenis kelamin laki-laki dan 11 orang berjenis kelamin perempuan.

2. Obyek Penelitian

Obyek dalam penelitian ini adalah pembelajaran melalui bola beranting pada pembelajaran *passing* bawah bola voli mini yang bertujuan untuk peningkatan pembelajaran siswa kelas V SD Negeri Podosari Kec. Cepiring Tahun Pelajaran 2021/2022.

3. Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada semester II yaitu dari bulan Februari sampai dengan bulan April, dengan rincian sebagai berikut:

Pretest/ Tes awal : Rabu, 30 Maret 2022

Siklus I : Rabu, 6 April 2022

Siklus II : Rabu, 20 April 2022

4. Lokasi Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan di SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal.

C. Variabel dan Indikator Keberhasilan Tindakan

1. Variabel Penelitian

Variabel Dalam penelitian ini terdapat 3 variabel yaitu hasil belajar, Metode pembelajaran bola voli beranting, dan PJOK.

Hasil belajar adalah hasil pengukuran dari penilaian usaha usaha belajar siswa yang dapat dinyatakan dengan angka, huruf maupun kalimat yang menceritakan hasil yang sudah dicapai oleh siswa pada waktu tertentu dan aturan–aturan tertentu pula.

Metode Pembelajaran berbasis Video adalah metode Pembelajaran Permainan bola voli beranting artinya permainan bola voli bersambung menggunakan tekni *passing* bawah.

Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi mengandung makna bahwa mata pelajaran ini menggunakan aktivitas jasmani sebagai media untuk mencapai tujuan aktivitas pembelajaran yang direncanakan, yang bertujuan untuk peningkatankebugaran jasmani individu.

2. Indikator Keberhasilan Tindakan

Indikator Tindakan dapat dikatakan berhasil apabila dalam kegiatan pembelajaran siswa dapat mencapai nilai Kriteria Ketuntasan Minimal. Adapun untuk aktivitas pemantauan guru dan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui pembelajaran bola voli beranting dinyatakan berhasil apabila hasil pengamatan mencapai persentase 80 % dari total skor pertemuan pertama dan kedua, dan

kriteria keberhasilan pencapaian skor dalam penelitian ini adalah 80% dari jumlah skor maksimal seluruh siswa dari pertemuan kedua. Hasil ini diharapkan akan membawa perubahan yang positif dari waktu ke waktu.

D. Sumber Data

Sumber data yang akan digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah sebagai berikut :

1. Data Hasil belajar lemparan, diperoleh dari siswa
2. Data Aktivitas guru, diperoleh dari peristiwa selama KBM berlangsung.
3. Data Keaktifan siswa, diperoleh dari peristiwa selama KBM berlangsung.
4. Data Pelaksanaan KBM dengan pengamatan (Observasi), diperoleh dari peristiwa selama KBM berlangsung..

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang diperoleh berupa data kuantitatif.

Adapun cara pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Hasil belajar *passing* bawah bola voli diperoleh dari tes *passing* bawah bola voli yang dilaksanakan setiap akhir siklus.
- b. Data tentang pengelolaan pembelajaran guru dan penilaian efektif dan psikomotorik siswa diperoleh dari lembar observasi.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian terdiri atas:

a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) merupakan perangkat pembelajaran yang digunakan sebagai pedoman guru dalam mengajar dan disusun untuk setiap pertemuan. Masing- masing RPP berisi kompetensi dasar, indikator, alokasi waktu, tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, metode pembelajaran, kegiatan pembelajaran, sumber belajar dan penilaian hasil belajar.

b. Lembar Observasi

Lembar observasi aktivitas siswa dan guru untuk mengamati sejauhmana aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran

c. Angket

Angket ini digunakan untuk mengetahui apakah siswa antusias dengan model pembelajaran yang dibuat penulis.

F. Prosedur / Siklus Penelitian

Penelitian tindakan kelas terdiri atas empat tahap yaitu perencanaan (planning), tindakan (action), pengamatan (observing), refleksi (reflection), (Agus Kristiyanto, 2010:55). Adapun langkah yang dilakukan oleh guru dalam penelitian tindakan kelas ini sebagai berikut:

G. Perencanaan (planning)

Dalam tahap perencanaan ini meliputi pembuatan skenario pembelajaran, persiapan sarana pembelajaran, persiapan instrumen dan simulasi pelaksanaan tindakan.

H. Pelaksanaan Tindakan (action)

Pelaksanaan tindakan merupakan suatu kegiatan dilaksanakannya skenario pembelajaran yang telah direncanakan.

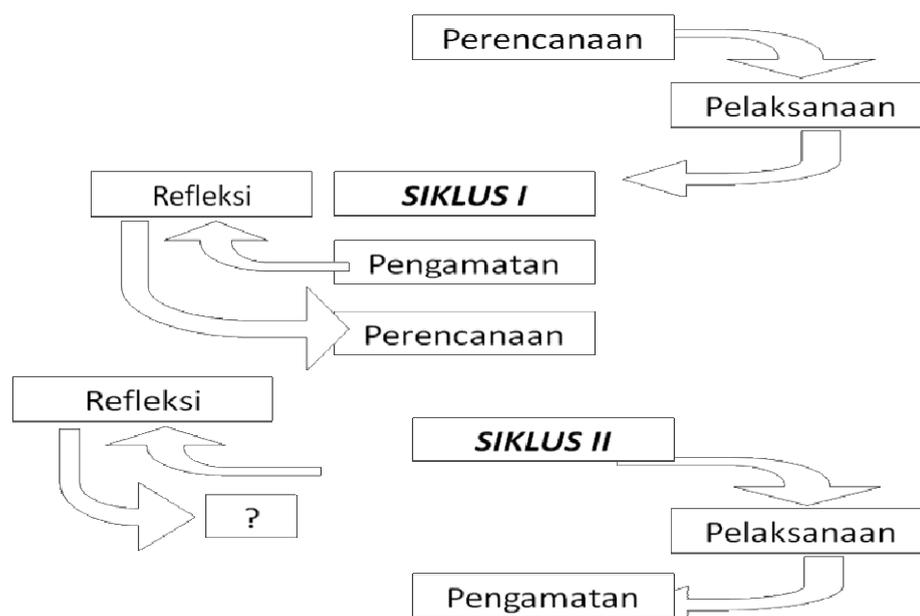
I Pengamatan (observing)

Observer mengamati pelaksanaan tindakan untuk mengetahui sejauh mana efek pembelajaran dalam peningkatan pembelajaran yang dapat dilihat dari motivasi dan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran.

J. Refleksi (reflection)

Refleksi merupakan suatu kegiatan perenungan secara kritis apa yang terjadi selama pelaksanaan pembelajaran di kelas.

Tujuan utama PTK adalah untuk peningkatan dan perbaikan layanan profesionalisme guru dalam menangani proses belajar mengajar (PBM). Model penelitian tindakan kelas ini menggunakan model Agus Kristiyanto (2010:55) yang setiap siklus/ penelitiannya terdiri atas empat langkah, yaitu perencanaan, tindakan dan pengamatan, serta refleksi. Secara rinci ditunjukkan dalam gambar berikut ini :



Gambar 3 2 PTK 4 Langkah

Sumber Arikunto Suharsimi

Secara terperinci prosedur penelitian tindakan kelas ini dijabarkan sebagai berikut:

- a. Rancangan Siklus
- b. Rancangan Siklus I

1. Perencanaan/Persiapan

Persiapan yang perlu dilakukan sebelum pelaksanaan tindakan adalah :

Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan skenario pembelajaran

- 1) Menyusun lembar observasi.
- 2) Menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan dalam kegiatan.
- 3) Memilih 3 siswa yang dijadikan tutor yang berprestasi akademik, mempunyai kemampuan pengetahuan, pemahaman

dan analisa yang baik serta kemampuan merespon permasalahan, memberikan bimbingan dan adaptasi dalam satu kelompok. Dalam setiap kelompok terdapat satu siswa sebagai seorang tutor.

- 4) Menyusun alat evaluasi untuk mengukur seberapa jauh penguasaan siswa terhadap kompetensi dasar yang dipelajari.

H. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan merupakan kegiatan dilaksanakannya skenario pembelajaran yang telah direncanakan. Adapun tindakan yang dilakukan oleh guru adalah membuat dan mempersiapkan permainan bola voli dengan permainan bola beranting dan peralatannya, serta memberikan tes di akhir siklus.

I. Pengamatan

Pengamatan adalah suatu kegiatan mengamati jalannya pelaksanaan tindakan untuk memantau sejauh mana efektifitas tindakan pembelajaran dengan

penerapan permainan bola beranting menggunakan bola plastik. Pengumpulan data pada tahap ini meliputi data nilai hasil belajar siswa dan data observasi.

J. Refleksi

Refleksi berkenaan dengan proses dan dampak yang akan dilakukan. Dengan data observasi, guru dapat merefleksi apakah dengan

permainan bola voli dengan menggunakan permainan permainan bola beranting dapat peningkatan hasil belajar siswa.

Hasil dari refleksi adalah diadakannya perbaikan terhadap perencanaan yang telah dilaksanakan, yang akan digunakan untuk memperbaiki kinerja guru pada siklus selanjutnya.

G. Rancangan Siklus II

1. Perencanaan/Persiapan

- 1) Merancang tindakan siklus II.
- 2) Merancang skenario pembelajaran dengan penerapan modifikasi permainan meliputi rencana pembelajaran, lembar kerja siswa, dan lembar pengamatan.
- 3) Menyusun alat evaluasi untuk mengukur penguasaan materi pelajaran dari segi psikomotorik .
- 4) Menyiapkan lembar observasi untuk mengamati situasi dan kondisi selama kegiatan belajar mengajar berlangsung. Observasi dilakukan oleh peneliti yang bertindak sebagai guru dan guru mitra atau observer secara kolaborasi untuk mengamati kegiatan secara keseluruhan.
- 5) Merancang perbaikan pembelajaran berdasarkan hasil pengamatan siklus I.

H. Pelaksanaan

- 1) Guru memberikan informasi awal tentang jalannya pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli dengan menggunakan permainan bola beranting.
- 2) Guru memberikan penjelasan teknik dan aturan permainan bola beranting.
- 3) Guru memperagakan cara bermain bola beranting.
- 4) Siswa memperagakan contoh yang diberikan guru
- 5) Siswa melakukan permainan bola beranting.
- 6) Guru menilai ketrampilan permainan siswa

I. Pengamatan

- 1) Guru mengamati siswa dalam permainan bola beranting.
- 2) Guru mengumpulkan hasil pengamatan permainan
- 3) Guru menganalisis data hasil siklus II serta hasil observasi.

J. Refleksi

Guru membuat simpulan sementara terhadap pelaksanaan pembelajaran siklus II.

- 1) Mendiskusikan hasil analisis untuk tindakan perbaikan pada pelaksanaan kegiatan penelitian dalam siklus II.
- 2) Mengumpulkan data dan membuat kesimpulan hasil pelaksanaan tindakan siklus I dan siklus II bersama teman sejawat.
- 3) Menyusun laporan hasil tindakan perbaikan pembelajaran

K. Teknik Analisis Data

Data yang akan dianalisis meliputi data kuantitatif (dengan menampilkan angka-angka sebagai ukuran prestasi), dan data kualitatif (dengan menampilkan angka sebagai perbandingan). Analisis data akan dilakukan secara deskriptif komparatif yang bertujuan untuk membandingkan kondisi sebelum dan sesudah diadakan tindakan perbaikan pembelajaran. Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa data pengamatan dan data tes hasil belajar siswa. Hasil tes yang dilaksanakan pada akhir pertemuan dihitung nilai rata-rata, kemudian dikategorikan dalam batas-batas penilaian yang didasarkan pada ketuntasan siswa terhadap materi pelajaran yang diberikan. Siswa melakukan tes *passing* bawah sebanyak mungkin dengan tehnik yang telah diajarkan oleh guru supaya mendekati titik kebenaran yang sesuai harapan.

Tabel 3. 1: Kriteria Penilaian

Butir Tes	Kriteria (Mengenai	Nilai	Keterangan
Lempar Tangkap	>10	4	Baik
	8-9	3	Cukup
	6-7	2	Sedang
	< 5	1	Kurang

Sumber: Depdinas

(2006: 6)

Indikator keberhasilan tindakan meliputi perubahan siswa dalam mengikuti pembelajaran (*passing* bawah). Untuk menentukan

tingkat keberhasilan siswa dalam penelitian ini menggunakan lembar penilaian sebagai berikut:

Tabel 3. 2 : Lembar Penilaian Kognitif

Nama Observer :

NIP :

NO	NAMA SISWA	ASPEK			JUMLAH	NILAI
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						

Aspek yang dinilai adalah:

1. Menjawab pertanyaan
2. Menjawab pertanyaan kurang sempurna
3. Menjawab pertanyaan dengan sempurna

Penilaian

Skor 4 = Amat baik (90-100) Nilai = x 6

Skor 3 = Baik (70-

89) Skor 2 = Cukup

(60 – 69) Skor 1 =

Kurang (50 – 59)

Tabel 3. 3: Lembar Penilaian Psikomotor

Nama Observer :

NIP :

NO	NAMA SISWA	ASPEK			JUMLAH	NILAI
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						

Aspek yang dinilai adalah

1. Kretifiatas .
2. Kerberanian ujuk kerja
3. Kemampuan melakukan unjuk kerja

Penilaian

Skor 4 = Amat baik (90-100) Nilai = x 6

Skor 3 = Baik (70-

89) Skor 2 = Cukup

(60 – 69) Skor 1 =

Kurang (50 – 59)

Tabel 3. 4 : Lembar Penilaian Afektif

Nama observer :

NIP :

NO	NAMA SISWA	ASPEK			JUMLAH	NILAI
		1	2	3		

1						
2						
3						
4						

Aspek yang dinilai adalah

1. Kerja sama
2. Keseriusan dalam melaksanakan kegiatan
3. Sikap siswa selama pembelajaran berlangsung

Penilaian

Skor 4 = Amat baik (90-100) Nilai = x 6

Skor 3 = Baik (70-

89) Skor 2 = Cukup

(60 – 69) Skor 1 =

Kurang (50 – 59)

Adapun lembar pengamatan kinerja guru mengacu pada format seperti dalam Wardani dkk (2007 : 69) yang berguna untuk mengetahui kinerja guru dalam melaksanakan pembelajaran . Kriteria yang dipergunakan untuk menilai penampilan mengajar guru dalam melaksanakan proses pembelajaran ketrampilan *passing* bawah bola voli adalah dengan pemberian skala 1 – 5. Dengan ketentuan bahwa : nilai 1 (Tidak sesuai dengan indikator) , nilai 2 (satu deskriptor tampak) , Nilai 3 (Cukup/ Kurang sesuai dengan indikator) nilai 4 (Baik/Benar tapi kurang sempurna) , nilai 5 (Amat baik/Sempurna/ sangat memenuhi indikator).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Diskripsi Umum Objek Penelitian

Sebelum penelitian ini peneliti laksanakan, kondisi awal permainan bola voli di SD Negeri Podosari pada umumnya memprihatinkan. Khususnya *passing* bawah, terlihat dari sikap siswa yang kurang antusias dalam ketrampilan permainan voli dengan alasan tangannya takut sakit, takut terkilir, bolanya berat dan sebagainya. Dari data terdahulu siswa kelas V SD Negeri Podosari Tahun Pelajaran 2021/2022 dalam ketrampilan permainan voli yaitu *passing* bawah, anak yang tuntas hanya 6 anak dari 25 siswa atau 24% sedangkan yang belum tuntas 19 anak dari 25 siswa atau 76%.

1. Diskripsi Per Siklus

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring kabupaten Kendal Tahun Pelajaran 2021/2022 dengan jumlah murid sebanyak 21 siswa. Sebelum melaksanakan penelitian tindakan kelas, terlebih dahulu haruslah mendiskripsikan masalah pembelajaran sebagai bahan untuk mencari solusinya dan untuk mendapatkan data awal tentang kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring kabupaaten Kendal Tahun Pelajaran 2022/2022 yang pelaksanaannya dilakukan tanggal 30 Maret 2022.

Data penelitian yang diperoleh adalah data hasil belajar siswa pada aspek kognitif, afektif, psikomotor dan data hasil pengamatan. Kondisi data awal siswa, dapat

dilihat dari hasil pre test siswa dalam melakukan *passing* bawah. Data tersebut akan digunakan sebagai pembandingan dengan pembelajaran yang biasa digunakan umumnya dan pembelajaran setelah menggunakan modifikasi pembelajaran, baik pada siklus I dan dilanjutkan pada siklus II.

Hasil pre test *passing* bawah siswa kelas V SD Negeri Podosari sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Data awal *test passing* bawah

Kelas 5 SD Negeri Podosari Cepiring Kendal

Tahun Pelajaran 2022 / 2022

NO	Uraian	Putra	Putri
1	Jumlah siswa	11	10
2	KKM	72	72
3	Ketuntasan	4	1
4	% ketuntasan	19,05%	4,76%
5	Presentasi	3	2

Dari data awal/pre test dapat diketahui jumlah siswa yang tuntas dalam melakukan *passing* bawah 19,05 % untuk siswa putra dan 4,76% untuk anak putri. Hal ini masih jauh dari harapan sesuai dengan kurikulum 13 dimana keberhasilan atau ketuntasan siswa hanya mencapai 23,81 %. Selain melihat hasil belajar juga tidak kalah pentingnya memperhatikan proses belajar itu sendiri, mulai dari kemampuan dan daya serap anak terhadap materi yang diberikan guru, serta apakah guru itu sendiri menguasai materi yang akan diberikan kepada anak didik..

Ketiga aspek pada data awal/ pre test dalam mengikuti pelajaran olahraga yaitu *passing* bawah bola voli dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. 2 Data awal tiga aspek (afektif, kognitif, psikomotor)

Dalam pelajaran olahraga materi *passing* bawah

Tahun Pelajaran 2021/2022

NO	Uraian	Putra	Putri	Prosentase	
				Putra	putri
1	Keberanian bertanya	3	2	20,29%	9,52%
2	Keberanian menyampaikan pendapat	3	2	20,29%	9,52%
3	Melakukan <i>passing</i> bawah	4	1	19,05%	4,76%
4	Menjawab pertanyaan	2	2	9,52%	9,52%

Ternyata dari 21 siswa yang mengikuti proses pembelajaran hanya 20,29% siswa putra yang bertanya, 9,52% untuk putri. Siswa yang berani menyampaikan pendapat hanya 20,29% untuk putra dan 9,52% untuk putri. Sedangkan siswa yang memberikan jawaban atau komentar tentang materi yang mereka dapatkan sangat rendah, terbukti hanya 9,52% saja baik putra maupun putri.

Kesimpulannya bahwa sebelum dilakukan pembelajaran dengan metode permainan bola beranting ada kurang lebih 23,81 % yang tuntas dan 23,81 % siswa yang aktif. Berdasarkan data tersebut maka peneliti akan mengadakan pembelajaran dengan metode permainan bola beranting yang diharapkan nantinya dengan hasil

yang memuaskan dan kemampuan anak akan tehnik *passing* bawah bola voli bertambah.

B. Hasil Penelitian dan Analisis Data

Hasil penelitian dan analisis data pada penelitian ini terbagi menjadi 3 siklus, dari pra siklus sampai dengan siklus III, hasil penelitian dan analisis data akan di sajikan sebagai berikut :

I. Siklus I

a. Perencanaan

Di dalam perencanaan guru membuat rencana pelaksanaan pembelajaran dengan rinciannya: 1) Peneliti akan melihat kondisi awal dari kemampuan siswa dalam ketrampilan *passing* bawah pada permainan bola voli. 2) Peneliti menyiapkan materi ketrampilan tehnik *passing* pada permainan bola voli yang akan diberikan pada siswa. 3) Peneliti membuat rencana pelaksanaan pembelajaran yang dikembangkan berdasarkan kebutuhan penulisan laporan yang digunakan dalam penelitian. 4) Peneliti membuat lembar kerja siswa untuk mengetahui hasil materi ketrampilan tehnik *passing* pada permainan bola voli serta lembar observasi untuk mengetahui kondisi kegiatan belajar mengajar ketika pembelajaran melalui pendekatan permainan bola beranting.

b. Pelaksanaan

Dengan bimbingan supervisor dan dibantu teman sejawat, rencana perbaikan siklus I dilaksanakan pada hari Rabu, 13 April 2022 dan diikuti oleh siswa kelas V sejumlah 21 anak. Peneliti memulai melaksanakan modifikasi

ketrampilan tehnik *passing* bawah pada bola voli dengan permainan bola beranting. Uraian kegiatan siklus I adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Uraian Kegiatan Siklus I

No	Pertemuan	Sasaran Pembelajaran
1.	Siklus I	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penjelasan konsep dasar gerakan melempar mulai sikap awal, gerakan tangan saat melempar, gerakan lanjutan sampai arah lemparan 2. Melakukan gerakan melempar melambung pada saat <i>passing</i> bawah 3. Melakukan permainan bola beranting dengan peraturan yang sudah di tentukan 4. Melakukan evaluasi

Siklus I terlebih dahulu siswa diutamakan pada pengenalan dan pemahaman pada apa yang akan dilaksanakan dalam ketrampilan tehnik *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting, guru memberikan pengarahan tentang pembelajaran.

Guru memberikan tahapan ketrampilan tehnik *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting melalui tes gerakan melempar yang harus dipelajari siswa mulai dari (1) sikap awal melempar, (2) gerakan tangan saat melempar (3) gerakan lanjutan (4) arah lemparan.

Tahapan yang dilakukan pada pertemuan ini adalah siswa melakukan gerakan melempar bola voli melalui permainan bola beranting yang telah dibuat oleh

peneliti. Dengan hasil siswa dapat melakukan teknik melempar bola voli pada permainan bola beranting dengan baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada norma penilaian siklus I aktifitas siswa pada saat melakukan Pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting.

c. Observasi

Tahapan observasi disajikan data hasil observasi aktifitas-aktifitas perbaikan pembelajaran yang dilakukan, hasil belajar siswa sesuai dengan formatif, deskripsi pelaksanaan tiap-tiap aktifitas dan deskripsi hasil belajar siswa. Pengisian lembar observasi berdasarkan pengamatan pembelajaran yang sedang berlangsung. Pengisian lembar observasi kaitannya dengan sikap siswa selama mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan hasil pengamatan ketrampilan *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting diperoleh data tentang keaktifan siswa selama pembelajaran berlangsung, siswa aktif, antusias, dan tertarik mengikuti pembelajaran mengalami peningkatan daripada pembelajaran seperti biasanya, tetapi masih ada yang kurang memperhatikan penjelasan guru.

Hasil ketrampilan permainan *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting dapat diketahui bahwa tingkat ketuntasan hasil belajar mengalami peningkatan setelah diadakan perbaikan pembelajaran siklus I. Jumlah siswa yang tuntas sebelum adanya tindakan untuk hasil ketrampilan permainan *passing* bawah bola voli melalui permainan bola beranting adalah 5 siswa atau sekitar 23,81% dan setelah adanya tindakan mengalami peningkatan ketuntasan hasil belajar menjadi 10 siswa atau sekitar 47,62 %.

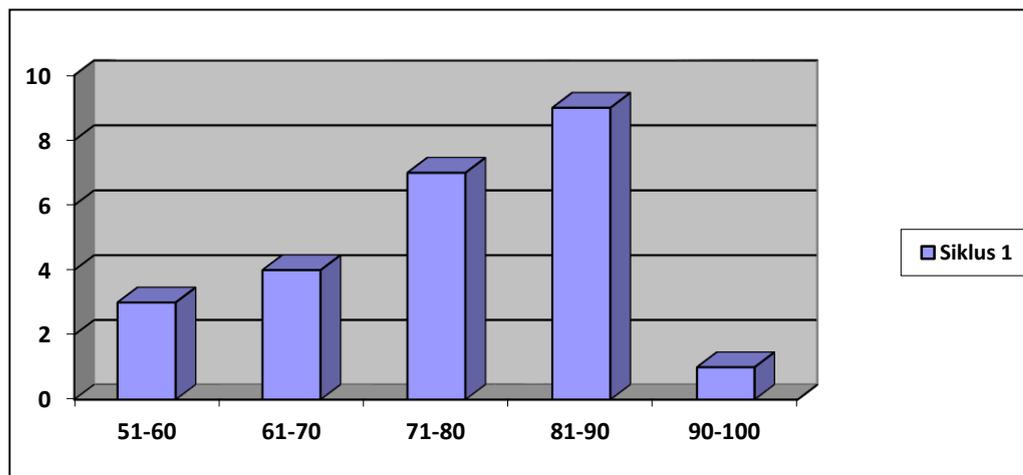
d. Kognitif

Penilaian aspek kognitif ini kita lihat kriteria anak yang lebih aktif dalam pembelajaran walaupun belum sesuai dengan apa yang diinginkan hasilnya bisa dilihat dari tabel dibawah ini:

Tabel 4. 4 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus I Aspek Kognitif

No	Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	51 - 60	Sangat rendah	0	0%
2	61 - 70	Rendah	4	19,05%
3	71 - 80	Sedang	7	33,33%
4	81 - 90	Tinggi	9	42,86%
5	91 - 100	Sangat Tinggi	1	4,76%
	Jumlah Siswa		21	100%

Hasil pengamatan unjuk kerja siswa pada pembelajaran siklus I. Untuk rata-rata kelas pada aspek kognitif adalah 73,19 untuk nilai tertinggi adalah 92 dan nilai terendah 68. siswa dan perentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 47,62% atau sejumlah 11 siswa dari 21 siswa. Dengan data tersebut tingkat ketuntasan mencapai 47,62% pada aspek kognitif dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 4. 1 Diagram Aspek kognitif Siklus 1

e. Afektif

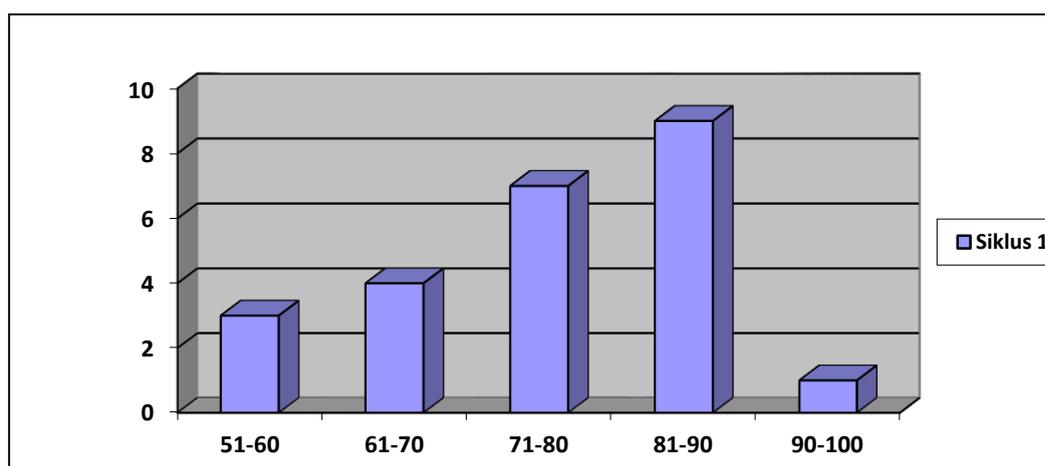
Penilaian aspek afektif diperoleh melalui pengamatan yang dilakukan dari awal pembelajaran meliputi segi perilaku sikap dan sosial yang dilakukan setiap siswa selama pembelajaran sebagai penilaian yang berdasarkan kepatuhan dalam aturan-aturan yang dibuat untuk membentuk karakter siswa dalam saat pembelajaran pada siklus 1. Data dari aspek afektif pada siklus 1 dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. 5 Hasil Pembelajaran Pada Siklus I Aspek Afektif

No	Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	51 - 60	Sangat rendah	0	0%
2	61 - 70	Rendah	4	19,05%
3	71 - 80	Sedang	7	33,33%
4	81 - 90	Tinggi	8	38,10%
5	91 - 100	Sangat Tinggi	2	9,52%

	Jumlah Siswa	21	100%
--	--------------	----	------

Berdasarkan tabel diatas dapat diambil kesimpulan hasil pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti dari segi aspek afektif dengan data sebagai berikut kategori rendah 0 siswa dengan prosentase 0%, kategori rendah 4 siswa dengan prosentase 19,05%, kategori sedang 7 siswa dengan presentase 33,33%, kategori tinggi sebanyak 8 dengan presentase 38,10% siswa dan kategori sangat tinggi 2 siswa dengan presentase 9,52% Dengan data tersebut tingkat ketuntasan mencapai 57,20% pada aspek afektif dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 4. 2 Diagram Aspek Afektif Siklus 1

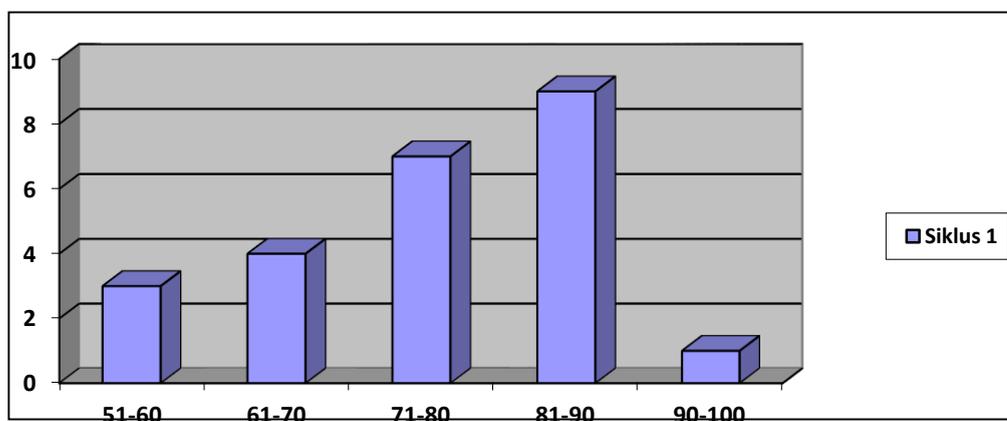
f. Psikomotorik

Penilaian psikomotorik diperoleh dari melalui pengamatan yang dilakukan oleh guru yang selaku peneliti dari awal pembelajaran meliputi segi Pembelajaran gerak dasar permainan kelincahan dan kemampuan menerapkan strategi dalam permainan bola beranting.

Tabel 4. 6 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus I Aspek Psikomotorik

No	Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	51 - 60	Sangat rendah	0	0%
2	61 - 70	Rendah	11	52,38%
3	71 - 80	Sedang	9	42,86%
4	81 - 90	Tinggi	1	4,76%
5	91 - 100	Sangat Tinggi	0	0%
Jumlah Siswa			21	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diambil kesimpulan hasil pembelajaran aspek afektif dengan data sebagai berikut kategori kategori sangat rendah 0 siswa dengan presentase 0%, kategori rendah 11 siswa dengan presentase 52,38%, kategori sedang 9 siswa dengan presentase 42,86%, kategori tinggi sebanyak 1 dengan presentase 4,76% siswa dan kategori sangat tinggi 0 siswa dengan presentase 0%,. Dengan data tersebut tingkat ketuntasan mencapai 47,62% pada aspek psikomotorik dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 4. 3 Diagram Aspek Psikomotorik Siklus 1

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh pengamat pada siklus I selama kegiatan berlangsung, ditemukan bahwa, perhatian siswa dalam mengikuti pelajaran masih kurang. perilaku siswa dalam menyampaikan pendapat masih kurang, masih ada siswa putri kurang percaya diri. Dan keaktifan siswa belum maksimal.

Guru terlalu cepat dalam menyampaikan materi, media yang digunakan terbatas, kurang memberi kesempatan pada siswa untuk bertanya.

g. Refleksi

Setelah kegiatan perbaikan pembelajaran siklus I selesai dilaksanakan, dengan diamati teman sejawat sebagai observer diperoleh refleksi sebagai berikut:

1. Keberhasilan

- 1) Sudah memodifikasi permainan bola voli mini baik bola, lapangan, maupun aturannya.
- 2) Sudah memberi latihan
- 3) Siswa yang tuntas 10 anak dari 21 siswa atau 47,62%

2. Kekurangan/Kelemahan

- 1) Siswa belum memahami permainan bola beranting.
- 2) Belum percaya diri takut salah.
- 3) Siswa masih belum serius dalam melakukan permainan bola beranting.
- 4) Siswa yang belum tuntas masih 11 anak dari 21 siswa atau 52,38%.

Untuk mengurangi kelemahan dan hambatan yang muncul pada siklus I, peneliti merencanakan perbaikan tindakan berikutnya pada siklus II, diutamakan pada kekurangan/kelemahan yang terjadi pada siklus I.

Berdasarkan analisa dalam pembelajaran pada siklus I, maka perlu adanya perbaikan-perbaikan pada siklus berikutnya untuk mendapatkan hasil belajar yang maksimal, adapun rencana perbaikan tersebut antara lain adalah :

- 1) Memberikan pemahaman kepada siswa dengan pendekatan yang lebih mudah dipahami. Yaitu dengan memberikan penjelasan yang lebih sederhana dan aplikatif. Baik dari segi teknik melempar maupun strategi dalam permainan bola beranting.
- 2) Guru selalu memberi motivasi dan arahan kepada siswa agar percaya diri jangan takut salah saat melakukan permainan bola beranting.
- 3) Memberi arahan supaya serius dalam belajar kerana dengan serius maka hasil belajar akan lebih baik.

II. Siklus II

h. Perencanaan

Setelah melihat nilai formatif perbaikan pembelajaran siklus I yang belum memuaskan, peneliti merencanakan perbaikan pembelajaran siklus II dengan bimbingan supervisor dan bekerjasama dengan teman sejawat dengan persiapan lebih sempurna, yaitu dengan mencermati temuan data berupa hasil penilaian pada perbaikan siklus I.

i. Pelaksanaan

Dengan persiapan yang lebih baik, peneliti melaksanakan perbaikan pembelajaran siklus II pada hari Rabu tanggal 27 April 2022 dengan dibantu teman sejawat sebagai observer. Pada akhir pembelajaran diadakan evaluasi. Nilai hasil evaluasi pada perbaikan akhir pembelajaran siklus II dapat dilihat pada 3 aspek berikut:

j. Kognitif

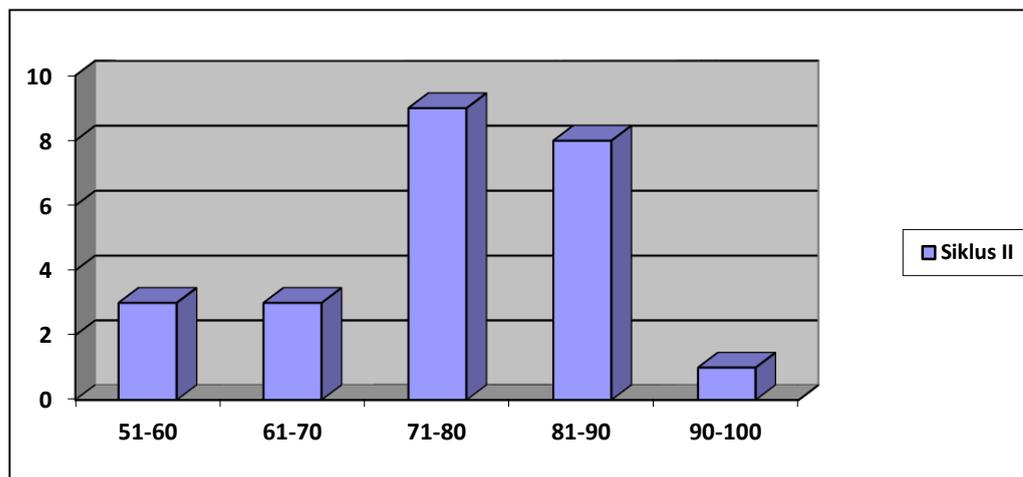
Penilaian aspek kognitif ini kita lihat kriteria anak yang lebih aktif dalam pembelajaran siklus II dibandingkan dengan pembelajaran siklus I yang diinginkan, hasilnya bisa dilihat dari tabel dibawah ini:

Tabel 4. 7 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus II Aspek Kognitif

No	Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	51 - 60	Sangat rendah	0	0%
2	61 - 70	Rendah	3	20,28%
3	71 - 80	Sedang	9	42,86%
4	81 - 90	Tinggi	8	38,10%
5	91 - 100	Sangat Tinggi	1	4,76%
	Jumlah Siswa		21	100%

Hasil pengamatan unjuk kerja siswa pada pembelajaran siklus II. Untuk rata-rata kelas pada aspek kognitif adalah 77,20 untuk nilai tertinggi adalah 91 dan nilai terendah 70 siswa dan prosentase ketuntasan belajar menunjukkan angka

85,72% atau sejumlah 11 siswa dari 21 siswa. Dengan data tersebut pada aspek kognitif dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 4. 4 Diagram Aspek Kognitif Siklus II

k. Afektif

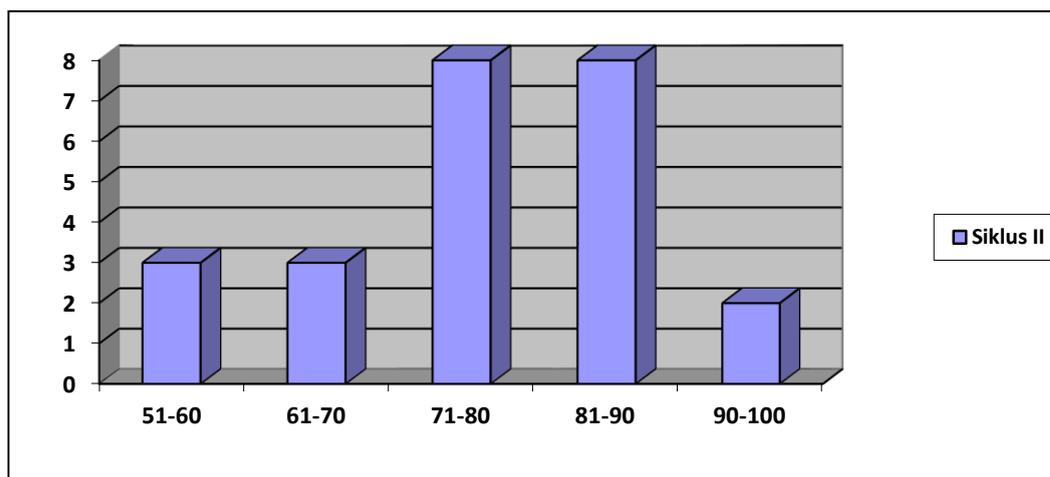
Penilaian aspek afektif diperoleh melalui pengamatan yang dilakukan dari awal pembelajaran meliputi segi perilaku sikap dan sosial yang dilakukan setiap siswa selama pembelajaran sebagai penilaian yang berdasarkan kepatuhan dalam aturan-aturan yang dibuat untuk membentuk karakter siswa dalam saat pembelajaran pada siklus II. Data dari aspek afektif pada siklus II dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. 8 Tabel Hasil Pembelajaran Pada Siklus II Aspek Afektif

No	Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	51 - 60	Sangat rendah	0	0%

2	61 - 70	Rendah	3	20,29%
3	71 - 80	Sedang	8	38,10%
4	81 - 90	Tinggi	8	38,10%
5	91 - 100	Sangat Tinggi	2	9,52%
Jumlah Siswa			21	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diambil kesimpulan hasil pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti dari segi aspek afektif dengan data sebagai berikut kategori rendah 0 siswa dengan prosentase 0%, kategori rendah 3 siswa dengan prosentase 20,29%, kategori sedang 8 siswa dengan presentase 38,10%, kategori tinggi sebanyak 8 dengan presentase 38,10% siswa dan kategori sangat tinggi 2 siswa dengan presentase 9,52% Dengan data tersebut tingkat ketuntasan mencapai 57,20% pada aspek afektif dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 4. 5 Diagram Aspek Afektif Siklus II

I. Psikomotorik

Penilaian psikomotorik diperoleh dari melalui pengamatan yang dilakukan oleh guru yang selaku peneliti dari awal pembelajaran meliputi segi Pembelajaran gerak dasar permainan kelincihan dan kemampuan menerapkan strategi dalam permainan bola beranting.

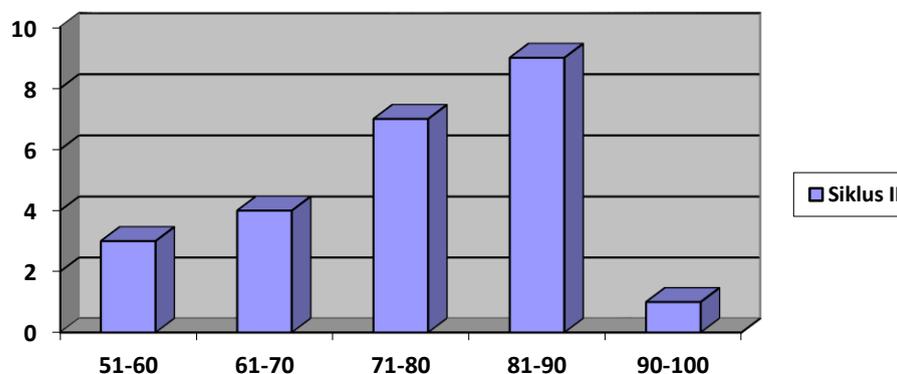
Tabel 4. 9 Hasil Pembelajaran Pada Siklus II Aspek Psikomotorik

No	Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	51 - 60	Sangat rendah	0	0%
2	61 - 70	Rendah	3	20,28%
3	71 - 80	Sedang	9	42,86%
4	81 - 90	Tinggi	8	38,10%
5	91 - 100	Sangat Tinggi	1	4,76%
Jumlah Siswa			21	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diambil kesimpulan hasil pembelajaran aspek afektif dengan data sebagai berikut kategori kategori sangat rendah 0 siswa dengan presentase 0%, kategori rendah 3 siswa dengan presentase 20,28%, kategori sedang 9 siswa dengan presentase 42,86%, kategori tinggi sebanyak 8 dengan presentase 38,10% siswa dan kategori sangat tinggi 1 siswa dengan presentase 4,76%,. Dengan data tersebut tingkat ketuntasan mencapai 85,72%



pada aspek psikomotorik dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Gambar 4. 6 Diagram Aspek Psikomotorik Siklus II

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh pengamat pada siklus I selama kegiatan berlangsung, ditemukan bahwa, perhatian siswa dalam mengikuti pelajaran masih kurang. perilaku siswa dalam menyampaikan pendapat masih kurang, masih ada siswa putri kurang percaya diri. Dan keaktifan siswa belum maksimal.

Guru terlalu cepat dalam menyampaikan materi, media yang digunakan terbatas, kurang memberi kesempatan pada siswa untuk bertanya.

m. Pengamatan

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh pengamat pada siklus II selama kegiatan berlangsung, ditemukan bahwa perhatian siswa dalam mengikuti pelajaran sudah baik, lebih berani dalam menyampaikan pendapat, lebih percaya diri melakukan *passing* bawah, siswa berlomba-lomba menampilkan *passing* bawah dengan baik dan benar. Pada siklus II ini guru dalam menyampaikan materi runtut dan sistematis, memberi kesempatan

pada siswa untuk bertanya, memberikan kesempatan siswa untuk berlatih lebih banyak, serta permainan yang diberikan lebih bervariasi.

n. Refleksi

Berdasarkan temuan data pada perbaikan pembelajaran siklus II, maka peneliti dan observer melakukan diskusi untuk mengidentifikasi keberhasilan dan kelemahan yang terjadi. Dengan hasil refleksi sebagai berikut:

1. Keberhasilan

- 1) Pembelajaran siswa terarah, baik, dan lebih hidup.
- 2) Partisipasi siswa dalam kegiatan belajar mengajar meningkat.
- 3) Siswa yang tuntas 18 anak dari 21 siswa atau 85,72%

2. Kekurangan

- 1) Bagi anak yang nakal justru dimanfaatkan untuk mengganggu teman yang lain.
- 2) Karena siswa sudah menikmati permainan bola voli beranting, sehingga mereka lupa waktu istirahat.

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses latihan yang konduksif dapat meningkatkan keterampilan bermain voli dan dapat melakukan teknik *passing* dengan benar. Siswa akan berminat untuk latihan bila sarana prasarana yang memadai. Metode mengajar yang bervariasi dengan permainan yang bervariasi pula sehingga meningkatkan keinginan untuk belajar dan berlatih.

1. Pembahasan Siklus I

Melalui diskusi dengan teman sejawat dan masukan dari teman sejawat, maka upaya perbaikan pembelajaran dilakukan. Pada perbaikan pembelajaran siklus I siswa yang tuntas meningkat menjadi 10 anak dari 21 siswa atau 47,62%, yang belum tuntas 11 anak dari 21 siswa atau 52,38%. Jika dibandingkan dengan sebelum diadakan perbaikan pembelajaran siswa yang tuntas hanya 5 anak dari 21 siswa atau 23,81%, sedangkan yang belum tuntas 16 anak dari 21 siswa atau 76,19%. Hal tersebut masih jauh dari memuaskan, karena pada siklus I siswa belum memahami permainan bola beranting, masih takut salah saat melempar atau belum percaya diri dan siswa belum serius melakukan permainan bola beranting.

2. Pembahasan Siklus II

hasil yang diperoleh belum memuaskan, maka perbaikan pembelajaran siklus II dilakukan dengan memperbaiki kekurangan-kekurangan siklus I. Dengan memperhatikan masukan-masukan teman sejawat yaitu untuk melakukan permainan bola beranting tanpa net/penghalan dan memakai net/penghalan melewati atas dan bawah net, maka diperoleh hasil yang jauh lebih baik yaitu siswa yang tuntas 18 anak dari 21 siswa atau 85,72%, dari 21 siswa hanya 3 siswa yang belum tuntas dikarenakan 2 siswa baru sembuh dari sakit dan memaksa ikut pelajaran, 1 siswa cacat dari lahir. Pada siklus II telah mencapai target yaitu lebih dari 80% maka perbaikan pembelajaran cukup dilakukan pada siklus II, tidak perlu dilanjutkan pada perbaikan pembelajaran siklus III karena sudah terlihat bahwa pembelajaran dengan permainan bola beranting dapat peningkatan *passing* bawah pada permainan bola voli.

Bila hasil perolehan data dari pra siklus, siklus I, dan siklus II tersebut disajikan dalam bentuk tabel, maka akan terlihat tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 4. 10 Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar

Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II

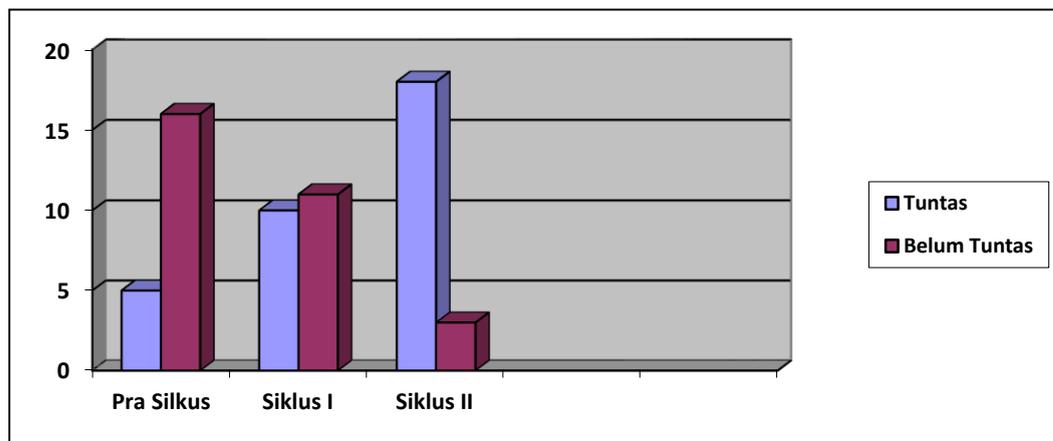
SD Negeri Podosari Kec. Cepiring Kab. Kendal

Tahun Pelajaran 2021/2022

No	Ketuntasan	Pra Siklus		Siklus I		Siklus II	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
1	Tuntas	5	23,81%	10	47,62%	18	85,72%
2	Belum Tuntas	16	76,19%	11	52,38%	3	20,28%

Tabel 4.10 terlihat adanya peningkatan ketuntasan hasil belajar. Data hasil penelitian prosentase dan kondisi hasil pra siklus, siklus I dan siklus II, yaitu hasil pra siklus nilai kemampuan *passing* bawah dari 23,81% meningkat menjadi 47,62%, dan meningkat lagi 85,71% pada siklus II.

Apabila ketuntasan hasil belajar disajikan dalam bentuk diagram, maka akan terlihat seperti pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4. 7 Diagram Peningkatan Ketuntasan Belajar

Diagram peningkatan ketuntasan belajar siswa kelas V SD Negeri Podosari, dapat diketahui bahwa *passing* bawah melalui pendekatan permainan bola beranting dapat peningkatan proses Ketrampilan *passing* bawah permainan bola voli mini pada siswa kelas V SDN Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal tahun pelajaran 2021/2022.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama 2 siklus pada siswa kelas V SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal Tahun Pelajaran 2021/2022 mengambil kesimpulan melalui permainan bola beranting dalam ketrampilan *passing* bawah permainan bola voli mini dapat peningkatan hasil pembelajaran siswa kelas V. Hal ini dapat dibuktikan dari ketuntasan siswa meningkat dari siklus I 47,62% menjadi 85,72% pada siklus II. Penerapan model pembelajaran permainan bola beranting ini sangat tepat dan berdampak positif bagi perkembangan dan kemajuan siswa dalam proses belajar mengajar, karena anak menjadi termotivasi untuk selalu mencoba dan berlatih, serta anak tidak cepat bosan atau jenuh karena salah satu sifat bermain adalah menyenangkan.

B. Saran

Atas dasar kesimpulan di atas, penulis yang juga seagai peneliti menyarankan kepada siswa, guru dan lembaga sekolah berupa hal sebagai berikut:

1. Bagi siswa, Pemanfaatan permainan bola beranting dapat diterapkan sebagai langkah pembelajaran salah satu tehnik dasar permainan bola voli yaitu *passing* bawah karena di dalam permainan bola beranting terdapat komponen *passing* bawah seperti pada saat melempar tangan lurus kaki sedikit ditekuk dan gerakan lanjutan sehigga harapannya dapat

dikembangkan dalam permainan bola voli terutama *passing* bawah sebenarnya

2. Bagi Guru, Pembelajaran yang mengusung konsep Paikem dapat diterapkan pada pelajaran Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi olahraga dan kesehatan di tingkat sekolah dasar. Yang kedua, untuk memecahkan masalah dalam proses pengajaran guru dapat mengembangkan strategi dan metode pembelajaran. Selanjutnya kepedulian guru kepada peserta didik perlu lebih ditingkatkan dalam menciptakan generasi yang lebih baik, karena pembelajaran Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi olahraga dan kesehatan merupakan wadah dalam pembentukan karakter peserta didik.
3. Bagi sekolah, sudah selayaknya pihak lembaga sekolah memberikan ruang dan waktu serta saran dan prasarana yang dibutuhkan guru sekolah pada umumnya dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas. Karena melalui penelitian tindakan kelas suatu permasalahan dalam proses pembelajaran dapat dipecahkan sehingga dapat peningkatan prestasi dan kualitas pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad Olih Solihin, Khairul Hadziq. 2010. *BSE Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan, kemendiknas
- Anni Chatarina Tri, dkk. (2006) *Psikologi Belajar*. Semarang UPT MKK UNNES Hamali Oemar. 2001. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Bumi Aksara
- Herman Subarjah. 2008. *Permainan Kecil di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas
- Kamua Besar Bahasa Indonesia. 2007. Jakarta: Balai Pustaka
- Mahedra Agus. 2008. *Permainan Anak Dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta: Depdiknas
- Munasifah. 2008. *Bermain Bola Voli*. Semarang Aneka Ilmu
- Sayuti dkk. 1992. *Senam (Modul1-6)*. Jakarta Depdiknas
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta
- Tim Bina Karya Guru. 2004. *Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Untuk Sekolah Dasar Kelas V* Jakarta: Erlangga
- Veira, Barbara L. .2000. *Bolavoli (Tingkat Pemula)* diterjemahkan oleh monti. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Wardani I.G.A.K. 2006. *Psikologo Belajar*. Jakarta: Depdiknas
- Mulyasa. 2010. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung : PT Remaja
- Rosdakarya. Mohamad Ma, rif Burahima.2012. *Meningkatkan Hasil Belajar Bola Voli melalui Metode Drill.(Skripsi)* Yogyakarta: FIK UNY
- Tadkiroatun Musfiroh.2008. *Cerdas Melalui Bermain*

Lampiran 1

Penetapan Dosen Pembimbing

Lampiran 2

Ijin Penelitian



UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS PENDIDIKAN IPS DAN KEOLAHRAGAAN

Jl. Gajah Raya No. 40 Semarang, Telp : (024) 8316377, 8448217

Nomor : 204 /AM/FPIPSKR/III/2022
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Semarang, 29 Maret 2022

Yth. Kepala SD Negeri Podosari
Kecamatan Kendal, Kabupaten Kendal
di Kendal

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : DAVIT ARDIANTO
N P M : 20236023
Fak. / Program Studi : FPIPSKR / PJKR

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA
VOLI MELALUI PERMAINAN BOLA BERANTING SISWA KELAS V SD NEGERI
PODOSARI TAHUN PELAJARAN 2021/2022

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu
memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

D e k a n,



Dr. Agus Sutono, S.Fil.,M.Phil
NPP/107801284

Lampiran 3

68



PEMERINTAH KABUPATEN KENDAL
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN KABUPATEN KENDAL
SD NEGERI PODOSARI

Jalan .Balai Desa Podosari – Cepiring 51352

Email : sd.negeri.podosari@gmail.com

SURAT KETERANGAN

No : 421.2/Pdsr IV/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal, menerangkan bahwa:

NAMA : **Davit ardianto**

NIM : 20236023

Telah melaksanakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Bidang Studi Penjasorkes dengan Kompetensi Dasar Mempraktikan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi dan kontrol yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai tanggung jawab, kerjasama, sportifitas, dan disiplin pada siswa kelas V Semester 2, tahun pelajaran 2021/2022 di SD Negeri Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal. Adapun pelaksanaan siklus I pada tanggal 7 April 2022 dan siklus II pada tanggal 20 April 2022.

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kendal, 25 April 2022

Kepala SD Negeri Podosari



Eko Susilo, S/Pd

NIP. 196304031983042001

Lampiran 4



**PEMERINTAH KABUPATEN KENDAL
DINAS PENDIDIKAN
SD NEGERI PODOSARI**

Jalan Balai Desa Podosari - Cepiring 51352
Email : sd.negeri.podosari@gmail.com

KESEDIAAN SEBAGAI TEMAN SEJAWAT

No : 421.3/Pdsr/ IV/2022

Kepada:
Kepala Jurusan Universitas Negeri Semarang
Di Semarang

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa :

Nama : **Wahyu Dian Susanto, S.Pd**
NIP : 198704282020121009
Tempat Mengajar : SD Negeri 1 Pandas
Alamat Sekolah : Pandes Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal
Telepon/Handphone : 085640690780
Menyatakan bersedia sebagai teman sejawat untuk mendampingi dalam pelaksanaan Penelitian atas nama:

Nama : **Davit ardianto**
NIM : 20236023
Program Studi : S1 – FPIPSKR / PJKR
Tempat Mengajar : SD Negeri Podosari
Alamat Sekolah : Jl. Balai desa Podosari Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal
Telepon/ Handphone : 0818456402

Demikian agar surat pernyataan ini dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Mengetahui,
Kepala SD Negeri Podosari


Eko Susilo, S.Pd
NIP. 19630405198304 2 001

Kendal, 30 Maret 2022
Mahasiswa


Davit ardianto
NIM. 20236023

Lampiran 6

DAFTAR HADIR SISWA KELAS V
SD Podosari SEMESTER II
TAHUN AJARAN 2021/2022

NO		NAMA SISWA	SIKLUS	
Urt	Induk		1	2
1	1907	A M	✓	✓
2	1915	ARW	✓	✓
3	1916	AZM	✓	✓
4	1930	AA	✓	✓
5	1931	ANB	✓	✓
6	1934	DAZ	✓	✓
7	1941	DR	✓	✓
8	1942	EY	✓	✓
9	1943	FLA	✓	✓
10	1948	FNA	✓	✓
11	1951	FNA	✓	✓
12	1952	FNA	✓	✓
13	1953	FAF	✓	✓
20	1954	IDK	✓	✓
15	1955	IM	✓	✓
16	1956	KAA	✓	✓
17	1957	MRM	✓	✓
18	1959	MSM	✓	✓
19	1961	MRH	✓	✓
20	1962	MAY	✓	✓
21	1963	MA	✓	✓

Mengetahui,
Kepala SD Negeri Podosari



Eko Sasilo, S.Pd
NIP. 196304031983042001

Kendal, 1 April 2022
Mahasiswa

Davit ardianto
NIM. 20236023

Lampiran 7

RPP PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
MATERI *PASSING* BAWAH BOLAVOLI MINI
TAHUN 2021/2022
PRA SIKLUS

Nama Sekolah : SD Negeri Podosari
Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
 kesehatan dan rekreasi
Kelas/Semester : V/ II
Alokasi Waktu : 3 X 35 menit

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.2 Mempraktikan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi dan kontrol yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi,serta nilai tanggung jawab, kerjasama,sportifitas,dan disiplin.

C. Indikator

1. Melakukan *passing* bawah bolavoli mini dengan menggunakan bola voli mini ukuran 4 dan menggunakan bola plastik bergabus dan bola karet yang benar.
2. Menjelaskan bagaimana cara melakukan *passing* bawah bolavoli mini.
3. Menumbuhkan dan membina nilai-nilai tanggung jawab, kerjasama,sportifitas,dan disiplin.

Lanjutan lampiran 7

1. Siswa dapat melakukan *passing* bawah bolavoli mini.
2. Siswa dapat bermain bola voli mini serta dapat melakukan kerjasama dengan menjungjung tinggi sportivitas.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)
 Tanggung jawab (*responsibility*)
 Ketelitian (*carefulness*)
 Kerja sama (*Cooperation*)
 Toleransi (*Tolerance*)
 Percaya diri (*Confidence*)
 Keberanian (*Bravery*)

E. Materi Pembelajaran

Voli mini (passing bawah)

Latihan / gerak dasar *passing* bawah bolavoli mini melalui pendekatan permainan bola beranting

F. Metode Pembelajaran

1. Intruksi Verbal
2. Latihan
3. Penugasan

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan pembelajaran	Alokasi waktu	Metode
1.	Pembukaan - Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi. - Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran - Pemanasan Permainan kecil : permainan bola berantai untuk peregangan.	15 menit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pertanyaan 2. Ceramah 3. Demonstrasi 4. Latihan

Lanjutan lampiran 7

2.	<p>Inti Pembelajaran</p> <p>Explorasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guru menyampaikan sedikit gambaran tentang materi yang akan disampaikan. <p>Elaborasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi dalam 4 kelompok, tiap kelompok terdiri 5-6 siswa. - Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli standar atau plastik yang dimodifikasi. - Siswa melakukan <i>passing</i> bawah sendiri - Siswa melakukan <i>passing</i> bawah berpasangan <p>Konfirmasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tanya jawab mengenai pelajaran yang sudah dilaksanakan. - Memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang sudah diujarkan. - Evaluasi proses pelajaran. 	75 menit	
3.	<p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pendinginan, berbaris, berdoa dan bubar 	15 menit	

H. Alat dan Sumber Belajar**1. Alat Pembelajaran :**

- Tali pembatas/kapur

Lanjutan lampiran 7

- Bola

- Bola voli mini ukuran 4 atau bola plastik bergabus.
- Tali Rafia

2. Sumber Pembelajaran :

- Buku pegangan guru SD kelas V (BSE), Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi, Erlangga.
- Lembar Kerja Siswa (LKS), Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi.

I. Penilaian

1. Teknik penilaian

Tes unjuk kerja

- Melakukan lempar bola seperti teknik *passing* bawah dengan bermain bola beranting.

2. Rubrik Penilaian

a. Rubrik Penilaian Praktek (Psikomotor) Tes Gerakkan *passing* bawah bolavoli mini

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
1. Kaki dibuka selebar bahu lutut sedikit ditekuk.				
2. Pada saat melempar tangan lurus bola membentuk garis parabol				
3. Gerakan lanjutan kaki ngeper				
Jumlah				
Skor maksimal : 12				

b. Rubrik Penilaian Sikap (Afektif) Tes Observasi Prilaku Gerakkan *passing* bawah bolavoli mini

Prilaku yang diharapkan	Kualitas sikap			
	1	2	3	4
1. Tanggung jawab				

2. Semangat				
3. Disiplin				
Jumlah				
Skor maksimal : 12				

c. Rubrik Penilaian

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas jawaban			
	1	2	3	4
Gerakan <i>passing</i> bawah bolavoli mini				
1. Posisi tangan saat melakukan <i>passing</i> bawah bolavoli mini.				
2. Posisi kaki saat melakukan <i>passing</i> bawah bolavoli mini.				
3. Posisi badan saat melakukan <i>passing</i> bawah bolavoli mini.				
Jumlah				
Skor maksimal : 10				

Mengetahui
Kepala Sekolah



Eko Susilo, S.Pd
NIP. 196304031983042004



Podosari, 29 Maret 2022
Guru Mapel



Davit ardianto
NIP.

Lampiran 8

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN 3 ASPEK (AFEKTIF, KOGNITIF, PSIKOMOTOR)
MELALUI PRAKTIK *PASSING BAWAH*
PADA PRA SIKLUS**

Rabu, 29 Maret 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	75,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	68,00		✓
4.	AA	75,00	✓	
5.	ANB	60,00		✓
6.	DAZ	68,00		✓
7.	DR	69,00		✓
8.	EY	70,00		✓
9.	FLA	70,00		✓
10.	FNA	70,00		✓
11.	FNA	75,00	✓	
12.	FNA	70,00		✓
13.	FAF	70,00		✓
20.	IDK	69,00		✓
15.	IM	75,00	✓	
16.	KAA	75,00	✓	
17.	MRM	70,00		✓
18.	MSM	60,00		✓
19.	MRH	60,00		✓
20.	MAY	69,00		✓
21.	MA	69,00		✓
JUMLAH		2052	5	16
RATA-RATA		69,20		

Lampiran 9

RPP PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
MATERI PASSING BAWAH BOLAVOLI MINI
TAHUN 2021/2022
SIKLUS 1

Nama Sekolah : SD Negeri Podosari
Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
Kelas/Semester : V/ II
Alokasi Waktu : 3 X 35 menit

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.2 Mempraktikan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi dan kontrol yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi,serta nilai tanggung jawab, kerjasama,sportifitas,dan disiplin.

C. Indikator

1. Melakukan *passing* bawah bolavoli mini dengan menggunakan bola voli mini ukuran 4 dan menggunakan bola plastik bergabus dan bola karet yang benar.
2. Menjelaskan bagaimana cara melakukan *passing* bawah bolavoli mini.
3. Menumbuhkan dan membina nilai-nilai tanggung jawab, kerjasama,sportifitas,dan disiplin.

Lanjutan lampiran 9

3. Siswa dapat melakukan *passing* bawah bolavoli mini.
4. Siswa dapat melakukan bermain bola voli mini serta dapat melakukan kerjasama dengan menjunjung tinggi sportivitas.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan** : Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)

Tanggung jawab (*responsibility*)

Ketelitian (*carefulness*)
 Kerja sama (*Cooperation*)
 Toleransi (*Tolerance*)
 Percaya diri (*Confidence*)
 Keberanian (*Bravery*)

E. Materi Pembelajaran

Voli mini (passing bawah)

Latihan / gerak dasar *passing* bawah bolavoli mini melalui pendekatan permainan bola beranting

F. Metode Pembelajaran

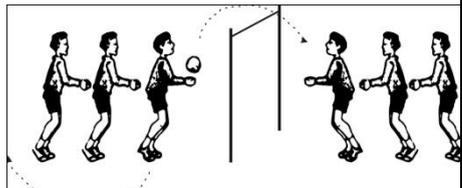
1. Intruksi Verbal
2. Latihan
3. Penugasan

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan pembelajaran	Alokasi waktu	Metode
1.	Pembukaan - Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi. - Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran - Pemanasan Permainan kecil : permainan bola berantai untuk peregangan.	15 menit	5. Pertanyaan 6. Ceramah 7. Demonstrasi 8. Latihan
2.	Inti Pembelajaran Explorasi : - Guru menyampaikan sedikit gambaran tentang materi yang akan disampaikan.	75 menit	

Elaborasi :

- Siswa dibagi dalam 4 kelompok ,tiap kelompok terdiri 5-6 siswa.
- Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola plastik yang dimodifikasi.
- Permainan dimulai (*start*) setelah aba-aba dari guru, setelah guru memberi aba-aba permainan dimulai tiap kelompok melempar bola secara parabol kepada yang berada dihadapannya teman melewati net setelah melampar anak tersebut berlari baris paling belakang, yang menerima bola melempar kembali ke teman yang berada dihadapannya kemudian lari kebalakang seterusnya secara bergantian



Gambar 1. Lempar bola *passing* bawah

- Permainan selesai jika dalam 1 kelompok tersebut telah menyelesaikan lempar bola kembali kepada orang pertama.
- Jika kelompok dinyatakan menang apabila sedikit yang jatuh atau tidak ditangkap dan kembali kepelampar pertama terlebih dahulu.

Lanjutan lampiran 9

	<p>-</p> <p>Konfirmasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tanya jawab mengenai pelajaran yang sudah dilaksanakan. - Memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang sudah diajarkan. - Evaluasi proses pelajaran. 		
3.	<p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pendinginan, berbaris, berdoa dan bubar 	15 menit	

H. Alat dan Sumber Belajar**1. Alat Pembelajaran :**

- Tali pembatas/kapur
- Peluit
- Bola voli mini ukuran 4 atau bola plastik bergabus.
- Tali Rafia

2. Sumber Pembelajaran :

- Buku pegangan guru SD kelas V (BSE), Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi, Erlangga.
- Lembar Kerja Siswa (LKS), Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi

Lanjutan lampiran 9

1. Teknik penilaian

Tes unjuk kerja

- Melakukan lempar bola seperti teknik *passing* bawah dengan bermain bola beranting.

-

2. Rubrik Penilaian

a. Rubrik Penilaian Praktek (Psikomotor) Tes Gerakkan *passing* bawah bolavoli mini

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
1. Kaki dibuka selebar bahu lutut sedikit ditekuk. 2. Pada saat melempar tangan lurus bola membentuk garis parabol 3. Gerakan lanjutan kaki ngeper				
Jumlah				
Skor maksimal : 12				

b. Rubrik Penilaian Sikap (Afektif) Tes Observasi Prilaku Gerakkan *passing* bawah bolavoli mini

Prilaku yang diharapkan	Kualitas sikap			
	1	2	3	4
1. Tanggung jawab 2. Semangat 3. Disiplin				
Jumlah				
Skor maksimal : 12				

c. Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif) Tes Tertulis/Lisan Konsep Gerak

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas jawaban			
	1	2	3	4

3. Posisi badan saat melakukan <i>passing</i> bawah bolavoli mini.				
4. Lebar lapangan bola voli				
5. Tinggi net bola voli untuk putra				
Jumlah				
Skor maksimal : 10				

Mengetahui
Kepala sekolah



Eko Supilo, S.Pd
NIP. 196304031983042004

Podosari, 29 Maret 2022
Guru Mapel



Davit ardianto

NIP.

Lampiran 10

LEMBAR SOAL PENILAIAN SIKLUS I

Soal Penilaian Afektif

1. Tanggung jawab
2. Semangat
3. Disiplin

Soal Penilaian Afektif

1. Posisi tangan saat melakukan *passing* bawah bola voli mini.
2. Posisi kaki saat melakukan *passing* bawah bola voli mini.
3. Posisi badan saat melakukan *passing* bawah bola voli mini.
4. Lebar lapangan bola voli
5. Tinggi net bola voli untuk putra

Soal Penilaian Psikomotor

1. Kaki dibuka selebar bahu lutut sedikit ditekuk.
2. Pada saat melempar tangan lurus bola membentuk garis parabol
3. Gerakan lanjutan kaki ngeper

Lampiran 11

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN ASPEK AFEKTIF
MELALUI PRAKTIK *PASSING BAWAH*
PADA SIKLUS I**

Rabu, 6 April 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	75,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	68,00		✓
4.	AA	75,00	✓	
5.	ANB	60,00		✓
6.	DAZ	68,00	✓	
7.	DR	69,00	✓	
8.	EY	70,00	✓	
9.	FLA	70,00		✓
10.	FNA	70,00	✓	
11.	FNA	75,00	✓	
12.	FNA	70,00	✓	
13.	FAF	70,00	✓	
20.	IDK	69,00	✓	
15.	IM	75,00	✓	
16.	KAA	75,00	✓	
17.	MRM	70,00	✓	
18.	MSM	60,00	✓	
19.	MRH	60,00	✓	
20.	MAY	69,00	✓	
21.	MA	69,00	✓	
	JUMLAH	1644	17	4
	RATA-RATA	78,29		

Lampiran 12

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN ASPEK KOGNITIF
MELALUI PRAKTIK PASSING BAWAH
PADA SIKLUS I**

Rabu, 6 April 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	75,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	68,00		✓
4.	AA	75,00	✓	
5.	ANB	60,00		✓
6.	DAZ	68,00		✓
7.	DR	69,00		✓
8.	EY	76,00	✓	
9.	FLA	75,00	✓	
10.	FNA	72,00		
11.	FNA	85,00	✓	
12.	FNA	70,00		✓
13.	FAF	75,00	✓	
20.	IDK	69,00		✓
15.	IM	70,00		✓
16.	KAA	75,00		
17.	MRM	90,00	✓	
18.	MSM	60,00		✓
19.	MRH	60,00		✓
20.	MAY	69,00		✓
21.	MA	72,00	✓	
	JUMLAH	1503	10	11
	RATA-RATA	71,57		

Lampiran 13

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN ASPEK PSIKOMOTOR
MELALUI PRAKTIK *PASSING BAWAH*
PADA SIKLUS I**

Rabu, 6 April 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	75,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	68,00		✓
4.	AA	75,00	✓	
5.	ANB	60,00		✓
6.	DAZ	68,00		✓
7.	DR	69,00		✓
8.	EY	76,00	✓	
9.	FLA	75,00	✓	
10.	FNA	72,00	✓	
11.	FNA	85,00	✓	
12.	FNA	75,00	✓	
13.	FAF	75,00	✓	
20.	IDK	69,00		✓
15.	IM	70,00	✓	
16.	KAA	75,00	✓	
17.	MRM	70,00		✓
18.	MSM	60,00		✓
19.	MRH	60,00		✓
20.	MAY	69,00		✓
21.	MA	72,00	✓	
JUMLAH		2088	10	11
RATA-RATA		70,86		

Lampiran 20

**INDIKATOR PENGAMATAN
AKTIVITAS GURU SELAMA PEMBELAJARAN**

No	Kategori Pengamatan	Skor dan Indikator			Ket
		Kurang (1)	Sedang (2)	Baik(3)	
1.	Persiapan	Program, Rencana, Pembelajaran tidak ada	Program, Rencana, Pembelajaran ada	Program, Rencana Pembelajaran ada beserta komponen-komponennya	
2.	Membuka Pelajaran	Kurang relevan	Kurang relevan dengan materi dan mampu membangkitkan perhatian anak	Relevan dengan materi	
3.	Memotivasi siswa	Tidak lengkap dan monoton	Variatif dan kurang lengkap	Variatif dan lengkap	
4.	Penguasaan materi	Yang dikuasai sebagian	Urutan tidak sistematis	Urutan sistematis	
5.	Penyajian sesuai dengan urutan materi	Penyajian materi tidak urut	Penyajian materi urut tapi tidak lengkap	Penyajian materi urut dan lengkap	
6.	Metode	Tidak bervariasi	Variatif dan kurang lengkap	Variatif dan lengkap	
7.	Bimbingan terhadap siswa yang	Bimbingan secara umum / klasikal	Bimbingan berupa arahan	Bimbingan sesuai dengan tingkat kesulitan siswa	
Lanjutan lampiran 20					
8.	Pelaksanaan evaluasi	Evaluasi tidak dilaksanakan	Evaluasi dilaksanakan tapi kurang sesuai dengan rencana	Evaluasi dilaksanakan sesuai rencana	
9.	Pelaksanaan sesuai dengan alokasi waktu	Waktu tidak dikelola dengan baik	Efektif tapi tidak sesuai dengan waktu yang direncanakan	Efektif dan tepat waktu	
10.	Penggunaan alat peraga	Tidak menggunakan alat peraga	Menggunakan tapi tidak efektif	Menggunakan dan efektif	
11.	Mengakhiri pembelajaran	Pembelajaran tidak diakhiri dengan penjelasan	Pembelajaran diakhiri dengan tergesa-gesa	Pembelajaran diakhiri dengan penjelasan	

Lampiran 15

**REKAPITULASI LEMBAR OBSERVASI
AKTIVITAS SISWA SELAMA PEMBELAJARAN**

Mata Pelajaran : Penjasorkes
Siklus : I
Hari / Tanggal : Senen, 6 April 2022

No	Aktivitas Siswa	K	S	B
1	Perhatian siswa pada materi	√	-	-
2	Keberanian siswa dalam bertanya	√	-	-
3	Semangat siswa dalam mengikuti pelajaran	-	√	-
4	Kemampuan siswa serta kesungguhan pada aturan	√	-	-
5	Penyajian sesuai dengan urutan materi	-	√	-

Keterangan :

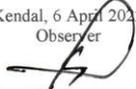
K : Kurang

S : Sedang

B : Baik

Penjelasan pada indikator pengamatan

Kendal, 6 April 2022
Observer


Wahyu Dian Susanto, S.Pd
NIP. 198704282020121009

Lampiran 16

INDIKATOR PENGAMATAN
AKTIFITAS SISWA SELAMA PEMBELAJARAN

No	Kategori Pengamatan	Skor dan Indikator			Ket
		Kurang (1)	Sedang (2)	Baik(3)	
1.	Perhatian siswa pada materi	Tidak memperhatikan	Perhatian terpecah dengan yang lainnya	Perhatian tertuju pada pembelajaran	
2.	Keberanian siswa dalam bertanya	Tidak berani dalam mengungkapkan pendapat	Keberanian disertai dengan perasaan ragu-ragu	Keberanian penuh kepercayaan	
3.	Semangat siswa dalam mengikuti pelajaran	Tidak ada semangat mengikuti pelajaran	Semangat terbagi dengan perhatian yang lain	Semangat penuh untuk penguasaan materi	
4.	Kemauan siswa serta kesungguhan pada aturan	Tidak ada kemauan mengikuti aturan	Ada kemauan tapi tidak ada kesungguhan	Ada kemauan dan ada kesungguhan	
5.	Keaktifan siswa di kelas	Tidak aktif	Aktif tapi masih terbagi dengan yang lain	Aktif mengikuti pelajaran	

RPP PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
MATERI *PASSING* BAWAH BOLAVOLI MINI
TAHUN 2021/2022
SIKLUS 2

Nama Sekolah : SD Negeri Podosari
Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
kesehaatan dan rekreasi
Kelas/Semester : V/ II
Alokasi Waktu : 3 X 35 menit

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai gerak dasar kedalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.2 Mempraktikan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi dan kontrol yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi,serta nilai tanggung jawab, kerjasama,sportifitas,dan disiplin.

C. Indikator

1. Melakukan *passing* bawah bolavoli mini dengan menggunakan bola voli mini ukuran 4 dan menggunakan bola plastik bergabus dan bola karet yang benar.
2. Menjelaskan bagaimana cara melakukan *passing* bawah bolavoli mini.
3. Menumbuhkan dan membina nilai-nilai tanggung jawab, kerjasama,sportifitas,dan disiplin.

D. Tujuan Pembelajaran

5. Siswa dapat melakukan *passing* bawah bolavoli mini.
6. Siswa dapat melakukan bermain bola voli mini serta dapat melakukan kerjasama dengan menjunjung tinggi sportivitas.

Lanjutan lampiran 17

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)
 Tanggung jawab (*responsibility*)
 Ketelitian (*carefulness*)
 Kerja sama (*Cooperation*)
 Toleransi (*Tolerance*)
 Percaya diri (*Confidence*)
 Keberanian (*Bravery*)

E. Materi Pembelajaran

Voli mini (passing bawah)

Latihan / gerak dasar *passing* bawah bolavoli mini melalui pendekatan permainan bola beranting

F. Metode Pembelajaran

1. Intruksi Verbal
2. Latihan
3. Penugasan

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

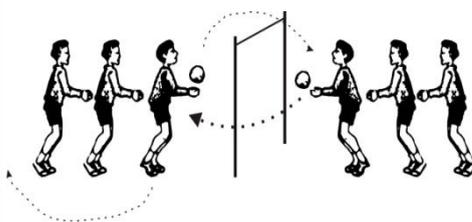
No	Kegiatan pembelajaran	Alokasi waktu	Metode
1.	Pembukaan - Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi. - Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran - Pemanasan Permainan kecil : permainan bola berantai untuk peregangan.	15 manit	9. Pertanyaan 10. Ceramah 11. Demonstrasi 12. Latihan
2.	Inti Pembelajaran Explorasi : - Guru menyampaikan sedikit gambaran tentang materi	75 menit	

Lanjutan lampiran 17

yang akan disampaikan.

Elaborasi :

- Siswa dibagi dalam 4-5 kelompok, tiap kelompok terdiri 4-5 siswa.
- Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli standar dan net.
- Permainan dimulai (start) setelah aba-aba dari guru kemudian tiap kelompok mengoper bola kepada teman dihadapannya melalui atas net kemudian, teman yang menerima lemparan dengan menangkap bola dan melemparkannya ke teman dihadapannya melalui bawah net (gambar 2.). Kemudian berlari bergantian dengan teman dan seterusnya



- Setelah semua melempar dan menerima kemudian gantian yang tadinya melempar dari atas net berubah menjadi melempar melewati bawah net begitu sebaliknya.
- Permainan selesai jika dalam 1

Lanjutan lampiran 17

	<p>kelompok tersebut banyak yang dapat mengoper bola menggunakan teknik <i>passing</i> bawah dan tidak menjatuhkan bola atau mengenai net selama 15 menit.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jika kelompok yang lebih banyak mendapatkan nilai maka dianggap sebagai juara. <p>Konfirmasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tanya jawab mengenai pelajaran yang sudah dilaksanakan. - Memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang sudah diujarkan. - Evaluasi proses pelajaran. 		
3.	<p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pendinginan,berbaris, berdoa dan bubar 	15 menit	

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Tali pembatas/kapur
- Peluit
- Bola voli mini ukuran 4 atau bola plastik bergabus.
- Tali Rafia

2. Sumber Pembelajaran :

- Buku pegangan guru SD kelas V (BSE), Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi, Erlangga.
- Lembar Kerja Siswa (LKS), Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi kesehatan dan rekreasi

I. Penilaian

3. Teknik penilaian

Tes unjuk kerja

- Melakukan lempar bola seperti teknik *passing* bawah dengan bermain bola beranting.

4. Rubrik Penilaian

a. Rubrik Penilaian Praktek (Psikomotor) Tes Gerakkan *passing* bawah bolavoli mini

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
1. Kaki dibuka selebar bahu lutut sedikit ditekuk.				
2. Pada saat melempar tangan lurus bola membentuk garis parabol				
3. Gerakan lanjutan kaki ngeper				
Jumlah				
Skor maksimal : 12				

b. Rubrik Penilaian Sikap (Afektif) Tes Observasi Prilaku Gerakkan *passing* bawah bola voli mini

Prilaku yang diharapkan	Kualitas sikap			
	1	2	3	4
1. Tanggung jawab				
2. Semangat				
3. Disiplin				
Jumlah				
Skor maksimal : 12				

c. Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif) Tes Tertulis/Lisan Konsep Gerak

	Kualitas jawaban
--	------------------

Lanjutan lampiran 17

96

2. Posisi kaki saat melakukan <i>passing</i> bawah bolavoli mini.				
3. Posisi badan saat melakukan <i>passing</i> bawah bolavoli mini.				
4. Lebar lapangan bola voli				
5. Tinggi net bola voli untuk putra				
Jumlah				
Skor maksimal : 10				

Mengesahui
Kepala sekolah



Eko Supito, S.Pd
NIP. 19630408198304 2 004

Podosari, 20 April 2022
Guru Mapel



Davit ardianto
NIP.

Lampiran 18

LEMBAR SOAL PENILAIAN SIKLUS II

Soal Penilaian Afektif

1. Tanggung jawab
2. Semangat
3. Disiplin

Soal Penilaian Afektif

1. Posisi tangan saat melakukan *passing* bawah bola voli mini.
2. Posisi kaki saat melakukan *passing* bawah bola voli mini.
3. Posisi badan saat melakukan *passing* bawah bola voli mini.
4. Lebar lapangan bola voli
5. Tinggi net bola voli untuk putra

Soal Penilaian Psikomotor

1. Kaki dibuka selebar bahu lutut sedikit ditekuk.
2. Pada saat melempar tangan lurus bola membentuk garis parabol
3. Gerakan lanjutan kaki ngeper

Lampiran 19

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN ASPEK AFEKTIF
MELALUI PRAKTIK PASSING BAWAH
PADA SIKLUS II**

Rabu, 20 Maret 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	75,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	68,00	✓	
4.	AA	75,00	✓	
5.	ANB	60,00		✓
6.	DAZ	68,00		✓
7.	DR	69,00	✓	
8.	EY	76,00	✓	
9.	FLA	75,00	✓	
10.	FNA	72,00	✓	
11.	FNA	85,00	✓	
12.	FNA	75,00	✓	
13.	FAF	75,00	✓	
20.	IDK	69,00	✓	
15.	IM	70,00	✓	
16.	KAA	75,00	✓	
17.	MRM	70,00	✓	
18.	MSM	60,00	✓	
19.	MRH	60,00	✓	
20.	MAY	69,00	✓	
21.	MA	72,00	✓	
	JUMLAH	1640	18	3
	RATA-RATA	78,10		

Lampiran 20

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN ASPEK KOGNITIF
MELALUI PRAKTIK PASSING BAWAH
PADA SIKLUS II**

Rabu, 20 April 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	85,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	82,00	✓	
4.	AA	85,00	✓	
5.	ANB	70,00		✓
6.	DAZ	70,00		✓
7.	DR	72,00	✓	
8.	EY	82,00	✓	
9.	FLA	72,00	✓	
10.	FNA	72,00	✓	
11.	FNA	91,00	✓	
12.	FNA	75,00	✓	
13.	FAF	85,00	✓	
20.	IDK	72,00	✓	
15.	IM	82,00	✓	
16.	KAA	75,00	✓	
17.	MRM	82,00	✓	
18.	MSM	72,00	✓	
19.	MRH	72,00	✓	
20.	MAY	72,00	✓	
21.	MA	82,00	✓	
	JUMLAH	1620	18	3
	RATA-RATA	77,20		

Lampiran 21

**RUBRIK PENILAIAN SISWA
PENILAIAN ASPEK PSIKOMOTOR
MELALUI PRAKTIK *PASSING BAWAH*
PADA SIKLUS II**

Rabu, 20 April 2022

KKM = 72,00

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN	
			TUNTAS	BELUM TUNTAS
1.	A M	85,00	✓	
2.	ARW	70,00		✓
3.	AZM	82,00	✓	
4.	AA	85,00	✓	
5.	ANB	70,00		✓
6.	DAZ	70,00		✓
7.	DR	72,00	✓	
8.	EY	82,00	✓	
9.	FLA	72,00	✓	
10.	FNA	72,00	✓	
11.	FNA	91,00	✓	
12.	FNA	75,00	✓	
13.	FAF	85,00	✓	
20.	IDK	72,00	✓	
15.	IM	82,00	✓	
16.	KAA	75,00	✓	
17.	MRM	82,00	✓	
18.	MSM	72,00	✓	
19.	MRH	72,00	✓	
20.	MAY	72,00	✓	
21.	MA	82,00	✓	
	JUMLAH	1620	18	3
	RATA-RATA	77,20		

Lampiran 22

**INDIKATOR PENGAMATAN
AKTIVITAS GURU SELAMA PEMBELAJARAN**

No	Kategori Pengamatan	Skor dan Indikator			Ket
		Kurang (1)	Sedang (2)	Baik(3)	
1.	Persiapan	Program, Rencana, Pembelajaran tidak ada	Program, Rencana, Pembelajaran ada	Program, Rencana Pembelajaran ada beserta komponen-komponennya	
2.	Membuka Pelajaran	Kurang relevan	Kurang relevan dengan materi dan mampu membangkitkan perhatian anak	Relevan dengan materi	
3.	Memotivasi siswa	Tidak lengkap dan monoton	Variatif dan kurang lengkap	Variatif dan lengkap	
4.	Penguasaan materi	Yang dikuasai sebagian	Urutan tidak sistematis	Urutan sistematis	
5.	Penyajian sesuai dengan urutan materi	Penyajian materi tidak urut	Penyajian materi urut tapi tidak lengkap	Penyajian materi urut dan lengkap	
6.	Metode	Tidak bervariasi	Variatif dan kurang lengkap	Variatif dan lengkap	
7.	Bimbingan terhadap siswa yang mengalami kesulitan belajar	Bimbingan secara umum / klasikal	Bimbingan berupa arahan	Bimbingan sesuai dengan tingkat kesulitan siswa	
8.	Pelaksanaan evaluasi	Evaluasi tidak dilaksanakan	Evaluasi dilaksanakan tapi kurang sesuai dengan rencana	Evaluasi dilaksanakan sesuai rencana	
9.	Pelaksanaan sesuai dengan alokasi waktu	Waktu tidak dikelola dengan baik	Efektif tapi tidak sesuai dengan waktu yang direncanakan	Efektif dan tepat waktu	
10.	Penggunaan alat peraga	Tidak menggunakan alat peraga	Menggunakan tapi tidak efektif	Menggunakan dan efektif	
11.	Mengakhiri pembelajaran	Pembelajaran tidak diakhiri dengan penjelasan	Pembelajaran diakhiri dengan tergesa-gesa	Pembelajaran diakhiri dengan penjelasan	

Lampiran 23

**REKAPITULASI LEMBAR OBSERVASI
AKTIVITAS SISWA SELAMA PEMBELAJARAN**

Mata Pelajaran : Penjasorkes
Siklus : II
Hari / Tanggal : Rabu ,20 April 2022

No	Aktivitas Siswa	K	S	B
1	Perhatian siswa pada materi	-	-	√
2	Keberanian siswa dalam bertanya	-	√	-
3	Semangat siswa dalam mengikuti pelajaran	-	-	√
4	Kemampuan siswa serta kesungguhan pada aturan	-	√	-
5	Penyajian sesuai dengan materi	-	-	√

Keterangan :

K : Kurang
S : Sedang
B : Baik

Kendal, 20 April 2022
Observer

Wahyu Dian Susanto, S.Pd
NIP. 198704282020121009

INDIKATOR PENGAMATAN
AKTIFITAS SISWA SELAMA PEMBELAJARAN

No	Kategori Pengamatan	Skor dan Indikator			Ket
		Kurang (1)	Sedang (2)	Baik(3)	
1.	Perhatian siswa pada materi	Tidak memperhatikan	Perhatian terpecah dengan yang lainnya	Perhatian tertuju pada pembelajaran	
2.	Keberanian siswa dalam bertanya	Tidak berani dalam mengungkapkan pendapat	Keberanian disertai dengan perasaan ragu-ragu	Keberanian penuh kepercayaan	
3.	Semangat siswa dalam mengikuti pelajaran	Tidak ada semangat mengikuti pelajaran	Semangat terbagi dengan perhatian yang lain	Semangat penuh untuk penguasaan materi	
4.	Kemauan siswa serta kesungguhan pada aturan	Tidak ada kemauan mengikuti aturan	Ada kemauan tapi tidak ada kesungguhan	Ada kemauan dan ada kesungguhan	
5.	Keaktifan siswa di kelas	Tidak aktif	Aktif tapi masih terbagi dengan yang lain	Aktif mengikuti pelajaran	

FOTO KEGIATAN PEMBELAJARAN SIKLUS I

Kegiatan Apersepsi siklus I



Pemanasan siklus I

Lanjutan lampiran 25



Kegiatan Inti Siklus I



Refleksi siklus I

KEGIATAN PEMBELAJARAN SIKLUS II

Kegiatan Apersepsi Siklus II



Pemanasan Siklus II



Kegiatan Inti Siklus II



Kegiatan Inti Siklus II

Lanjutan lampiran 26



Kegiatan Pendinginan siklus



Refleksi Siklus II