



**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA  
VOLI PADA SISWA KELAS VII SMP KESATRIAN 1 SEMARANG  
MELALUI PENDEKATAN *TEACHING GAMES FOR  
UNDERSTANDING (TGFU)***

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi stasa I  
untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh  
Muchammad Ali Yahya  
19230215

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

**2024**



## LEMBAR PENYELESAIAN BIMBINGAN

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

Nama : MUCHAMMAD ALI YAHYA  
NPM : 19230215  
Fakultas / Program studi : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial  
Keolahragaan / PJKR  
Judul Skripsi : UPAYA MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR PASSING BAWAH BOLA  
VOLI PADA SISWA KELAS VII SMP  
KESATRIAN 1 SEMARANG MELALUI  
PENDEKATAN TEACHING GAMES FOR  
UNDERSTANDING (TGFU)

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

Semarang,

Pembimbing I  <u>Danang Aji Setyawan, S.Pd., M.Pd.</u> NPP. 158901500	Pembimbing II  <u>Setiyawan, S.Pd., M.Or.</u> NPP. 159001504
---	--

Mengetahui,  
Bukan FPIPSKR

  
Agus Setono, S.Fil., M.Phil  
NPP. 107801284



## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA KELAS VII SMP KESATRIAN 1 SEMARANG MELALUI PENDEKATAN TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING (TGFU)”.

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi dan disahkan oleh Panitia Ujian Skripsi FPIPSKR Universitas PGRI Semarang pada :

Hari :

Tanggal :

Panitia Ujian

Ketua

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

NPP. 107801284



Sekretaris

Osa Malik, S.Pd., M.Pd

NPP. 148101425

Tanda Tangan

Penguji

1. Danang Aji Setyawan, S.Pd., M.Pd.

NPP. 158901500

2. Setiyawan, S.Pd., M.Or.

NPP. 159001504

3. Dr. Donny Anhar Fahmi, S.Si., M.Pd.

NPP. 118601361

## **MOTTO**

“ Manjadda Wajada (siapa yang bersungguh sungguh pasti akan berhasil) “

“ Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji  
kekuatan akarnya “

( ALI BIN ABI THALIB RA. )

## **PERSEMBAHAN**

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-nya yang telah memberikan Kesehatan, kekuatan, kesabaran, serta ketekunan bagi penulis dalam menyusun skripsi ini, dengan segenap kerendahan hati karya sederhana ini penulis persembahkan sebagai bentuk rasa terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua tercinta saya Bapak Supangat dan Ibu Mimin yang menjadi alasan utama saya untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang saya jalani selama perkuliahan, sebagai wujud jawaban dan tanggung jawab atas kepercayaan yang telah diamanatkan. Semoga selalu diberi kesehatan oleh Allah SWT.
2. Kakak kakak terbaik saya Mas Fajar, Mas Faizal dan Mba Gelis yang selalu memberikan doa, suport dan semangat kepada saya.
3. Chalimatus Sa'diyyah yang menjadi penyemangat hingga menemani peneliti dalam mengerjakan skripsi ini, dan menjadi salah satu alasan untuk bertahan.
4. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri. Terimakasih telah melakukan semua kerja keras ini, terimakasih banyak.

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muchammad Ali Yahya

NPM : 19230215

Progra Studi : PJKR

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan 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, 14 Agustus 2024



Muchammad Ali Yahya

NPM. 19230215

## ABSTRAK

Muchammad Ali Yahya “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VII SMP Kesatrian 1 Semarang Melalui Pendekatan *Teaching Games For Understanding* (TGFU)”, Program Studi PJKR Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang, 2024.

Pendidikan jasmani sering menghadapi tantangan, termasuk metode pengajaran yang kurang menarik yang dapat membuat siswa bosan dan kurang aktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi adanya pengaruh pada hasil belajar passing bawah bola voli Pada Siswa Kelas VII SMP Kesatrian 1 Semarang dengan menggunakan metode *Teaching Games for Understanding* (TGFU).

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode *Quasy Experiment* dan menggunakan desain *one group pre-test post-test* dengan dilakukannya pengukuran sebelum diberikan implementasi dan dilakukan pengukuran kembali setelah diberikan implementasi.

Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini ilai mean paired differences untuk rata-rata kognitif dan psikomotor adalah sebesar -37.41. Nilai ini menunjukkan selisih antara mean pre dan post ( $91.77-54.03=-37.41$ ) dan selisih perbedaan tersebut antara -43.03 sampai dengan -32.45 (95% confidence interval of the difference lower and upper). Diketahui t hitung bernilai negatif yaitu sebesar -14.568, t hitung bernilai negatif ini karena pada hasil pretest lebih rendah daripada hasil posttest. Dalam konteks kasus seperti ini maka nilai t hitung negatif dapat bermakna positif, sehingga nilai t hitung menjadi 14.568. Selanjutnya adalah tahap mencari nilai t tabel, diketahui df adalah sebesar 30 dan nilai ini kita gunakan sebagai acuan dalam mencari nilai t tabel pada distribusi nilai t tabel statistik.

Maka didapatkan nilai t tabel adalah sebesar 2.042. Dengan demikian, karena nilai t hitung  $14.568 > t$  tabel 2.042, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Sehingga dapat dsimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil belajar pre-test dan post-test

Kesimpulanya adalah ada pengaruh yang signifikan pada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang, dan pendekatan TGFU sangat efektif dalam peningkatan hasil belajar siswa di SMP Kesatrian 1 Semarang.

**Kata kunci:** Bola Voli, Passing Bawah, *Teaching Games for Understanding* (TgfU)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan lancar. Skripsi yang berjudul “Upaya meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VII Di SMP Kesatrian 1 Semarang Menggunakan Metode Teaching Games For Understanding (TGfU).” ini disusun untuk memenuhi Sebagian syarat memperoleh gelar sarjana Pendidikan. Peneliti menyadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas PGRI Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Universitas PGRI Semarang.
2. Dekan Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang yang telah memberikan izin penelitian.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas PGRI Semarang yang telah memberikan arahan secara professional hingga selesainya penulisan skripsi ini.
4. Pembimbing I Danang Aji Setyawan, S.Pd., M.Pd., yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang berarti hingga selesainya penulisan skripsi ini.
5. Pembimbing II Setiyawan, S.Pd., M.Or., yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang berarti hingga selesainya penulisan skripsi ini.

6. Bapak dan Ibu Dewan Penguji yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mempertanggung jawabkan hasil penulisan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Guru SMP Kesatrian 1 Semarang yang telah membantu penulis melakukan penelitian di SMP Kesatrian 1 Semarang.
8. Siswa siswi SMP Kesatrian 1 Semarang atas kerja sama dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis.
9. Segenap keluarga besar kelas PJKR G UPGRIS Angkatan 2019 yang terus memberikan semangat, keceriaan, dan bantuan secara suka rela berbagi pengalaman kepada penulis.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang memberikan bantuan hingga selesai penulisan skripsi ini.

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

Semarang,  
Peneliti

Muchammad Ali Yahya



## DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENYELESAIAN BIMBINGAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
PERSEMBAHAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	9
F. Sistematika Penulisan .....	11
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu.....	12
B. Landasan Teori.....	15

C. Hipotesis Tindakan .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	32
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	33
C. Definisi Operasional dan Variabel.....	34
D. Teknik dan Instrumen Penelitian .....	34
E. Validitas dan Reabilitas Instrumen .....	41
F. Teknik Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian .....	45
B. Hasil Penelitian dan Analisis Data .....	46
C. Pembahasan.....	50
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan.....	55
B. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1.1 Data Observasi .....	7
Tabel 3.1 Desain Penelitian .....	32
Tabel 3.2 Test Psikomotor .....	36
Tabel 3.3 Test Kognitif .....	38
Tabel 3.4 Test Afektif .....	39
Tabel 4.1 Uji Normalitas PreTest dan PostTest Kognitif .....	46
Tabel 4.2 Uji Normalitas PreTest dan PostTest Psikomotor .....	46
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik .....	47
Tabel 4.4 Uji Hipotesis .....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Teknik Pasing Bawah .....	21
Gambar 2.2 Fase Persiapan.....	22
Gambar 2.3 Fase Pelaksanaan .....	22
Gambar 2.4 Gerakan Lanjutan .....	23
Gambar 2.5 Passing Bawah Dengan Pantulan Ke Lantai .....	24
Gambar 2.6 Melambungkan Bola .....	25
Gambar 2.7 Passing Bawah Secara Berkelompok .....	26
Gambar 2.8 Passing Bola Melalui Antar Net Secara Berpasangan.....	27
Gambar 2.9 Passing Bola Dalam Bentuk Lapangan Kecil .....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Judul Skripsi .....	62
Lampiran 2 Persetujuan Proposal Skripsi .....	63
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian .....	64
Lampiran 4 Surat Penyelesaian Penelitian .....	65
Lampiran 5 Surat Expert Judgement.....	66
Lampiran 6 Daftar Hadir Siswa.....	67
Lampiran 7 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) .....	70
Lampiran 8 Lembar Penilaian Kognitif siswa .....	80
Lampiran 9 Rekapitulasi Proses Bimbingan Dosen I .....	82
Lampiran 10 Rekapitulasi Proses Bimbingan Dosen II.....	83
Lampiran 11 Pre Test Kognitif.....	84
Lampiran 12 Post Test Kognitif .....	85
Lampiran 13 Pre test Psikomotor .....	86
Lampiran 14 Post Test Psikomotor .....	87
Lampiran 15 Pre Test Afektif.....	88
Lampiran 16 Post Test Afektif .....	89
Lampiran 17 Hasil Uji Normalitas dan Uji Hipotesis .....	90
Lampiran 18 Dokumentasi.....	92

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mewujudkan aktivitas belajar dan mengembangkan setiap potensi yang ada dari peserta didik agar memiliki keterampilan untuk dirinya maupun untuk masyarakat. Pendidikan bersifat universal, bisa terbagi ke dalam beberapa aspek, salah satunya adalah pendidikan jasmani (Burstiando & Kholis, 2017). Pendidikan merupakan suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung selama seumur hidup (Taufik & Gaos, 2019). Pendidikan berintikan interaksi antara pendidik dengan peserta didik dalam upaya membantu peserta didik menguasai tujuan- tujuan pendidikan. Interaksi pendidikan dapat berlangsung dalam lingkungan keluarga, sekolah, ataupun masyarakat (Fajrin& Sudarso, 2014). Pendidikan yang dapat mengembangkan setiap potensi siswaagar memiliki keterampilanyaitu pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang ada di setiap sekolah(Hasrion, Sari, & Gazali, 2020).

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan komponen integral dalam pembentukan karakter dan kesejahteraan siswa di tingkat sekolah menengah pertama (SMP). Olahraga bukan hanya tentang kebugaran fisik, tetapi juga tentang pembentukan nilai-nilai seperti kerjasama, disiplin, dan komitmen. Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas yang titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia merupakan hubungan dari perkembangan tubuh-

fisik dengan pikiran dan jiwanya (Purnama, 2017). Pendidikan jasmani berorientasi untuk meningkatkan kesegaran dan kebugaran serta membentuk manusia yang berjiwa sportif, berani, disiplin, ceria dan pantang menyerah (Zulraflin, Turimin, & Muspita, 2016). Tujuan dari pendidikan jasmani ini adalah untuk meningkatkan kebugaran siswa, dimana siswa yang hampir dalam satu minggu harus berada di dalam kelas untuk belajar mata pelajaran teori (Sari, 2018). Rosdiani, (2013: 137) mengatakan pendidikan jasmani dan kesehatan, adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka system pendidikan nasional.

Saat ini sebagian besar kebijakan yang berkaitan dengan implementasi Standar Nasional Pendidikan dilaksanakan oleh sekolah dan daerah, oleh karena itu sekolah dituntut untuk menyusun sendiri kurikulum yang akan dijadikan pedoman dalam kegiatan pembelajaran atau silabusnya dengan cara melakukan penjabaran dan penyesuaian Standar Isi dan Standar Kompetensi Lulusan yang ditetapkan dalam Permendiknas No.23 Tahun 2006. Kurikulum ini dikenal dengan nama Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).

Standar Kompetensi dalam kurikulum pendidikan jasmani SMP yaitu, mempraktikkan berbagai ketrampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi Dasarnya yaitu, Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras dan percaya diri. Salah satu dari cabang olahraga dan permainan bola besar adalah bola voli. Materi pembelajaran bola voli

ini diberikan kurang lebih 2-3 pertemuan tatap muka. Pembelajaran bola voli harus dilaksanakan dengan langkah-langkah yang benar dan tentunya diperlukan program perencanaan dan metode yang benar pula, sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai.

Guru penjas mengajar permainan bola voli dengan menekankan metode latihan atau drill dalam permainan bola voli. Pembelajaran permainan bola voli yang seperti itu membuat siswa tidak tertarik dan kurang aktif selama proses pembelajaran berlangsung. Beberapa alasan yang menjadikan siswa kurang aktif dalam pembelajaran antara lain karena bosan, merasa takut, dan tidak percaya diri. Hal inilah yang menyebabkan siswa sulit untuk menerima materi saat pembelajaran, siswa akan melaksanakan tugas yang diperintahkan oleh guru setelah guru mengulang perintahnya beberapa kali dan cenderung harus menaikkan volume suaranya

Hasil yang ingin dicapai adalah individu yang terdidik secara fisik. Nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu. Jadi Pengertian Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup



sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial.

Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Salah satu cabang olahraga yang sering diajarkan adalah bola voli. Bola voli merupakan salah satu olahraga prestasi yang ada di Indonesia. Penguasaan teknik dasar penting dalam menciptakan performa optimal dalam setiap cabang olahraga. Teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang dapat menentukan menang atau kalahnya suatu pertandingan selain kondisi fisik, taktik, dan mental (Syaiful et al 2020). Salah satu pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran bolavoli adalah pendekatan *Teaching Games for Understanding* (TGfU). TGfU merupakan suatu pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani untuk memperkenalkan bagaimana anak mengerti olahraga melalui bentuk konsep dasar bermain. TGfU tidak memfokuskan pembelajaran pendidikan jasmani pada teknik bermain tetapi lebih menekankan pada pendekatan taktik tanpa mempedulikan teknik permainan itu sendiri.

Olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan. Dalam kehidupan modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat dengan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani maka akan terbentuk manusia yang berkualitas (Giriwijoyo & Sidik, 2013, p. 7). Olahraga bola voli merupakan cabang olahraga yang sangat berkembang pesat

di Indonesia baik di lingkungan sekolah, instansi pemerintah, swasta, perguruan tinggi maupun di lingkungan umum (Pratiwi et al., 2020). Hal ini dikarenakan cabang olahraga bola voli memerlukan peralatan yang sederhana, Olahraga bola voli ini dapat dimainkan oleh semua lapisan masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, baik masyarakat yang berada dikota maupun masyarakat yang ada di desa (Ismail & Tunggul, 2020). Menurut Gazali (2016) olahraga bola voli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua regu berlawanan yang masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain dan bola harus melewati bagian atas jaring/net. Dalam menghadapi persaingan kompetisi atau pertandingan, penguasaan teknik permainan sangat penting terutama dalam penguasaan teknik dasar permainan bola voli (Krensnapati, 2020). Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain antara lain servis, passing, smash, dan block (Kardiyanto & Sunardi, 2020). Salah satunya adalah passing. Passing adalah suatu teknik dalam permainan bola voli yang bertujuan untuk mengoper atau mengumpan bola kepada teman satu regu atau mengembalikan serangan dari lawan (Yusmar, 2017). Teknik passing bawah teknik yang paling mendasar dan passing bawah diperlukan untuk menerima datangnya bola servis dari lawan dan juga menahan dari serangan lawan (Heriyadi & Hadiana, 2018). Didalam permainan bola voli hal yang paling penting untuk memulai serangan adalah dengan memulai serangan melakukan servis bawah yang akurat dan sistematis agar mendapatkan poin. Passing bawah adalah passing yang dilakukan apabila bola yang datang berada di depan atau samping badan setinggi perut ke bawah dengan posisi jari tangan mengepal (Sucifirawati, 2020).

Bola voli adalah olahraga tim yang memerlukan keterampilan teknis yang baik, salah satunya adalah teknik passing bawah. Passing bawah adalah dasar dalam permainan bola voli yang mempengaruhi kualitas permainan tim. Dalam permainan bola voli, teknik passing bawah memiliki peran yang krusial. Passing bawah adalah keterampilan dasar yang memungkinkan pemain untuk mengirim bola kepada rekan satu tim dengan akurasi dan kualitas yang baik. Kemahiran dalam teknik ini memiliki dampak signifikan pada permainan tim secara keseluruhan. Namun, proses pembelajaran teknik passing bawah seringkali menghadapi berbagai kendala yang memengaruhi hasil yang dicapai. SMP Kesatrian 1 Semarang, sebagai salah satu sekolah di daerah ini, tidak terkecuali dari tantangan ini. Meskipun berbagai metode dan pendekatan dalam pembelajaran bola voli telah diterapkan, hasil yang optimal belum selalu tercapai.

Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan hasil belajar teknik passing bawah bola voli di SMP Kesatrian 1 Semarang. Sebelum melakukan penelitian, peneliti telah melakukan pengamatan dan informasi yang didapat guru dan siswa SMP Kesatrian 1 Semarang khususnya kelas VII dalam pembelajaran passing bawah bola voli, mulai dari penjelasan materi hingga pelaksanaan praktek yang terlihat kurang menarik dan kurangnya antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran.

**Tabel 1.1 Data Observasi  
Kelas VII**

NO	NAMA SISWA	NILAI		
		AFEKTIF	KOGNITIF	PSIKOMOTOR
1	AAAS	60	50	58
2	ARPW	65	66	66
3	ASR	60	60	41
4	ASS	67	66	58
5	ACW	58	50	58
6	DKP	60	58	66
7	CBA	60	58	50
8	DVN	68	41	58
9	EJPS	65	66	58
10	EANA	65	58	41
11	IAY	66	50	50
12	IAAS	65	41	50
13	JSS	63	68	65
14	JJA	67	41	50
15	KAH	67	50	33
16	KPR	65	58	50
17	KDP	68	41	50
18	LRT	69	50	41
19	MAP	65	41	50
20	MAP	65	58	50
21	NSPA	65	50	41
22	NRDD	63	50	58
23	NNG	60	41	50
24	PLR	68	50	41
25	QCA	67	65	69
26	RZA	60	50	58
27	RAPH	66	50	50

28	RR	64	41	50
29	RDH	68	50	33
30	SRD	67	41	50
31	VYS	58	58	50

(Sumber : Obsevasi)

Penelitian ini akan berfokus pada implementasi upaya- upaya yang dapat memperbaiki kualitas hasil belajar dan pemahaman siswa dalam teknik ini dengan minimum hasil belajar adalah  $>75$ , hal tersebut sesuai dengan standar nilai kelas. Dengan memahami latar belakang ini, penelitian ini diharapkan dapat adanya pengaruh pada hasil belajar passing bawah bola voli dengan menggunakan metode *Teaching Games For Understanding (TGFU)* pada siswa kelas VII di SMP Kesatrian 1 Semarang.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang berada diatas, dapat disimpulkan dan dapat di identifikasikan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Strategi pembelajaran yang ada dan digunakan selama ini kurang bervariasi dan monoton sehingga hasil pembelajaran bola voli kurang optimal.
2. Pembelajaran kurang menarik sehingga mengakibatkan banyak siswa yang bosan dan kurang tertarik.
3. Tidak adanya strategi pembelajaran permainan bola voli menggunakan metode atau pendekatan TGFU di SMP KESATRIAN 1 Semarang.

## C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas VII di SMP Kesatrian 1 Semarang dengan menggunakan metode *Teaching Games For Understanding* (TGFU)?.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian tentang Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli di SMP Kesatrian 1 Semarang Melalui Pendekatan *Teaching Games for Understanding* (TGFU) bertujuan untuk :

1. Untuk mengidentifikasi adanya upaya pada hasil belajar passing bawah bola voli dengan menggunakan metode TGFU Di SMP Kesatrian 1 Semarang.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian tentang Upaya Meningkatkan p Passing Bawah Bola Voli di SMP Kesatrian 1 Semarang Melalui Pendekatan *Teaching Games for Understanding* (TGFU) ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Praktis

Peningkatan Kualitas Pembelajaran Olahraga Hasil penelitian ini dapat memberikan panduan praktis bagi guru-guru pendidikan jasmani dan olahraga di SMP Kesatrian 1 Semarang untuk meningkatkan kualitas pembelajaran bola voli. Mereka dapat mengadopsi metode dan strategi yang efektif yang telah diidentifikasi dalam penelitian ini untuk membantu siswa menguasai teknik passing bawah dengan lebih baik.

Motivasi Belajar Siswa Penelitian ini juga dapat berkontribusi pada peningkatan motivasi belajar siswa dalam konteks pembelajaran olahraga. Melalui pendekatan TGFU yang menarik dan interaktif, siswa dapat lebih

termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran bola voli, yang dapat meningkatkan minat mereka dalam berolahraga.

Pengembangan Metode Pembelajaran Inovatif Penelitian ini dapat merangsang perkembangan metode pembelajaran inovatif dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Penerapan pendekatan TGFU dapat dianggap sebagai model pembelajaran alternatif yang efektif, yang dapat diterapkan dalam berbagai cabang olahraga dan konteks pembelajaran lainnya.

## 2. Manfaat Teoritis

Kontribusi Terhadap Teori Pembelajaran Olahraga Penelitian ini dapat berkontribusi pada pemahaman teoritis tentang pembelajaran olahraga, terutama dalam konteks penggunaan pendekatan TGFU. Hasil penelitian dapat memperkuat bukti ilmiah yang mendukung efektivitas pendekatan ini dalam meningkatkan pemahaman konsep dan keterampilan olahraga.

Pengembangan Konsep Olahraga di Sekolah Penelitian ini dapat membantu mengembangkan pemahaman tentang bagaimana konsep olahraga, seperti permainan tim dan taktik, dapat diajarkan secara efektif di tingkat sekolah menengah pertama. Hal ini dapat mengilhami penelitian lebih lanjut dalam bidang ini.

Penelitian Terapan dalam Konteks Sekolah Penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi pada literatur penelitian terapan dalam pendidikan olahraga di sekolah. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti dan praktisi dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di sekolah-sekolah lain. Melalui manfaat praktis dan teoritis ini, penelitian ini

memiliki potensi untuk memberikan dampak yang positif dalam bidang pendidikan olahraga dan pembelajaran olahraga di SMP Kesatrian 1 Semarang serta di luar lingkungan sekolah tersebut.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Sistematika merupakan penjabaran deskriptif tentang hal-hal yang akan ditulis, secara garis besar terdiri dari bagian awal, inti, dan akhir. Pada penelitian ini sistem penulisan tersusun sebagai berikut :

BAB I Pendahuluan : Yang terdiri dari atas latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika skripsi.

BAB II Kajian Pustaka : Yang terdiri atas kajian hasil penelitian terdahulu dan landasan teori.

BAB III Metode Penelitian : Yang terdiri atas desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional dan pengukuran variabel, teknik dan instrumen pengumpulan data, validitas dan realibilitas instrumen, teknik analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan : Yang terdiri dari deskripsi umum objek penelitian, hasil penelitian dan analisis data, serta pembahasan.

BAB V Penutup : Yang terdiri atas Kesimpulan dan Saran.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi berbagai metode pembelajaran bola voli, termasuk pendekatan TGFU. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan TGFU dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang permainan bola voli dan dapat menjadi alternatif yang efektif dalam pembelajaran teknik dasar. Beberapa penelitian diantaranya

1. Karisman 2020 berjudul Pengaruh metode Pembelajaran TGFU dalam Permainan bola Voli Di SMP. Jenis Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan model Teaching Games for Understanding (TGFU) terhadap keterampilan bermain permainan bola voli. Model TGFU pada praktek dilapangan mengedepankan pendekatan bermain mampu mendorong siswa untuk melakukan berbagai keterampilan bermain bola voli dengan lebih baik. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu model TGFU sangat efektif untuk diterapkan dalam pembelajaran permainan bola voli di SMP.
2. Mecca et all 2021 Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Menggunakan Pendekatan TGFU Pada Siswa kelas VIII SMPN 1 Tambelang. Jenis Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan menggunakan pendekatan pembelajaran TgfU (*Teaching Games for Understanding*) pada siswa kelas

VIII SMPN I Tembelang. Penelitian ini menggunakan metode *quasy eksperiment*. Subyek penelitian tindakan kelas ini adalah seluruh siswa kelas VIII dengan jumlah siswa 32 di SMP Negeri 1 Tembelang. Untuk pengambilan data menggunakan instrumen berupa tes keterampilan passing bawah wall volley test (memantulkan bola ke tembok) serta lembar aktifitas guru dan siswa.

3. Astuti 2020 Peningkatan Kompetensi Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode TGFU. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penggunaan metode mengajar permainan bola voli yang monoton dan tidak tepat sehingga menyebabkan siswa tidak aktif dan kurang tertarik dengan pembelajaran bola voli. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil pembelajaran passing bawah bola voli melalui pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU). Penelitian ini termasuk dalam penelitian tindakan kelas yang terdiri atas dua siklus yang meliputi 1) perencanaan, 2) tindakan, 3) observasi dan 4) refleksi.
4. Utami 2016 Upaya Meningkatkan Proses Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Kelas XI 1 SMK Muhammadiyah 1 Wates Melalui Pendekatan TGFU. Penelitian ini dilatar belakangi oleh penggunaan metode mengajar permainan bola voli yang tidak tepat sehingga menyebabkan siswa tidak aktif dan kurang tertarik dengan pembelajaran bola voli. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pembelajaran passing bawah bolavoli melalui pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) pada kelas XI AP I SMK Muhammadiyah I Wates. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas

(Classroom Action Research) yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipasi. Penelitian ini menggunakan instrumen yaitu, lembar observasi untuk guru dan siswa. Penelitian ini menggunakan analisis data secara kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) dapat meningkatkan proses pembelajaran passing bawah kelas XI AP I SMK Muhammadiyah I Wates. Hasil penelitian tindakan kelas ini menunjukkan bahwa (1) Dengan menggunakan pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) siswa menjadi lebih aktif, senang dan tertarik untuk mengikuti pembelajaran bolavoli, (2) Hasil belajar yang dicapai siswa meningkat dengan nilai rata-rata kelas 76, 5%(Sangat Baik) dan hasil observasi keaktifan siswa dengan skor total 9 (Baik).

5. Faizal & Yuli 2018 Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan TGFU Pada Siswi kelas VIII SMPN 11 Muaro Jambi. Penelitian ini menggunakan instrumen yaitu, lembar observasi untuk guru dan siswa. Penelitian ini menggunakan analisis data secara kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) dapat meningkatkan proses pembelajaran passing bawah kelas VIII SMP Negeri 11 Muaro Jambi. Hasil penelitian tindakan kelas ini menunjukkan bahwa Dengan menggunakan pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) siswa menjadi lebih aktif, senang dan tertarik untuk mengikuti pembelajaran bolavoli, Hasil belajar yang dicapai siswa meningkat dengan nilai rata-rata kelas 82,6% (Sangat Baik) kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah semakin baik. Berdasarkan uraian

diatas maka hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu pendekatan pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) dapat meningkatkan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 11 Muaro Jambi.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menjelajahi penerapan pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) dalam pembelajaran bola voli. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa TGFU adalah pendekatan yang memiliki potensi besar dalam meningkatkan pembelajaran siswa. TGFU memungkinkan siswa untuk memahami konsep permainan, strategi tim, dan pemahaman taktis sebelum mereka terlalu fokus pada aspek teknis. Ini berarti bahwa siswa dapat lebih baik mengaitkan teknik-teknik dasar dengan konteks permainan sebenarnya.

## **B. Landasan Teori**

### **1. Pendidikan Jasmani**

#### **a. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistic dan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Kurniawan et al., 2021). Pendidikan jasmani olahraga merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas

jasmani, peningkatan keterampilan gerak, kebugaran jasmani, pengetahuan, dan sikap positif terhadap penjasorkes sangat ditentukan oleh sebuah kurikulum yang baik (Mufti & Tomolius, 2013).

Berdasarkan kesimpulan diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan aktivitas untuk meningkatkan pertumbuhan jasmani, kesehatan jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan serta pengembangan watak dan kepribadian manusia.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Dalam kegiatan pembelajaran di lingkungan sekolah, khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani menekankan pada aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan (Ariestika & Agung Nanda, 2021). Tujuan utama dalam pendidikan jasmani adalah :

- 1) Tujuan dalam perkembangan mental, dalam tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menerapkan pengetahuan pendidikan jasmani yang telah di dapat kedalam lingkungan sehingga mengembangkan pengetahuan, membentuk watak, dan tanggung jawab sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat dan terampil.
- 2) Tujuan dalam perkembangan sosial, dalam tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa menyesuaikan diri terhadap kehidupan sehari-hari dalam suatu kelompok dan kehidupan bermasyarakat.

- 3) Tujuan dalam perkembangan gerak, dalam tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melatih gerak kasar dan halus, mengikatkan kemampuan mengelola, mengontrol dan melakukan koordinasi gerak tubuh secara efisien dan efektif.
- 4) Tujuan dalam perkembangan fisik, dalam tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktifitas sehari-hari yang melibatkan bagian organ tubuh dan keterampilan tubuh sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat dan terampil.

## 2. Model Pembelajaran

Tayeb (2017:42) mengemukakan bahwa Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar peserta didik untuk mencapai tujuan belajar tertentu, dan berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pembelajaran dan guru dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas belajar mengajar.

Menurut Mills dalam Sanusi, dkk (2020:48) model adalah bentuk representasi akurat sebagai proses aktual yang memungkinkan seseorang atau sekelompok orang mencoba bertindak berdasarkan model itu, Model merupakan interpretasi terhadap hasil observasi dan pengukuran yang diperoleh dari beberapa sistem. Model pembelajaran dapat diartikan pola yang digunakan untuk menyusun kurikulum, mengatur materi, dan memberi petunjuk kepada guru di kelas.

Model pembelajaran pada dasarnya merupakan bentuk pembelajaran yang tergambar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas

oleh guru. Dengan kata lain, model pembelajaran merupakan bungkus atau bingkai dari penerapan suatu pendekatan, metode, dan Teknik pembelajaran.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan para ahli, peneliti menyimpulkan bahwa model pembelajaran adalah suatu pola pembelajaran yang tergambar dari awal hingga akhir kegiatan pembelajaran yang tergambar dari awal hingga akhir kegiatan pembelajaran yang tersusun secara sistematis dan digunakan sebagai pedoman untuk merencanakan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

### 3. Hasil Belajar

Hasil belajar dapat dijelaskan dengan memahami dua kata yang membentuknya, yaitu “hasil” dan “belajar”. Pengertian dari hasil adalah (product) menunjuk pada suatu perolehan akibat dilakukan suatu aktifitas atau proses yang mengakibatkan berubahnya input secara fungsional (Jiniarti, dkk, 2015:5).

Hasil belajar merupakan suatu bukti bahwa seseorang telah belajar, yang dilihat dari perubahan tingkah laku pada orang tersebut dari tidak tahu menjadi tahu dan tidak mengerti menjadi mengerti (Hamalik dalam Sulastri, dkk, 2015:92). Hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku yang terjadi pada seseorang yang menerima pembelajaran, dari kondisi tidak tahu dan tidak mengerti akan sesuatu, karena ia belajar sehingga menghasilkan pengetahuan dan mengerti tentang hal yang ia pelajari.

Menurut Susanto dalam Widyastuti (2018: 17) mengatakan bahwa hasil

belajar siswa adalah kemampuan yang diperoleh anak setelah melalui kegiatan belajar. Karena belajar itu sendiri merupakan suatu proses dari seseorang yang berusaha untuk memperoleh suatu bentuk perubahan perilaku yang relatif menetap. Dalam kegiatan pembelajaran atau kegiatan intruksional, biasanya guru menetapkan tujuan belajar. Anak yang berhasil dalam belajar adalah yang berhasil mencapai tujuan-tujuan pembelajaran atau tujuan intruksional.

Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan oleh individu secara sadar untuk memperoleh perubahan tingkah laku tertentu, baik yang dapat diamati maupun yang tidak sebagai pengalaman (latihan) dalam interaksinya dengan lingkungan. Belajar dilakukan untuk mengusahakan adanya perubahan perilaku pada individu yang belajar.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil yang diperoleh siswa setelah melakukan proses pembelajaran yang ditunjukkan dengan perubahan pola pikir dan tingkah laku dalam diri siswa yang mencakup 3 aspek yaitu aspek kognitif (pemahaman), afektif (sikap) serta psikomotorik (keterampilan proses) yang berasal dari hasil pengalaman dan interaksinya terhadap lingkungan yang dilakukan secara sadar.

#### 4. Bola Voli dalam konteks Pendidikan

Bola voli adalah cabang olahraga yang memainkan peran penting dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama (SMP). Bola voli merupakan olahraga yang merupakan mata pelajaran wajib pendidikan jasmani yang harus diajarkan di sekolah. Partisipasi siswa dalam pembelajaran dirancang untuk membantu optimalisasi program bola voli bagi pertumbuhan dan



perkembangan siswa serta meningkatkan aspek kebugaran jasmani siswa seperti daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi motorik (Titi Ajayati. 218: 2017). Pendidikan jasmani di SMP memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan fisik, kerjasama tim, serta pemahaman tentang aspek- aspek taktis dalam bermain bola voli.

a. Proses Pembelajaran Passing Bawah

Passing bawah, juga dikenal sebagai teknik "underhand passing" atau "bump," adalah salah satu keterampilan dasar dalam bola voli. Keterampilan ini melibatkan pemain untuk menggiring bola dengan tangan dan lengan mereka untuk mengirimkannya ke rekan satu tim dengan kontrol yang baik. Teknik passing bawah adalah rangkaian gerakan yang dikombinasikan secara baik dan harmonis agar passing bawah yang dilakukan menjadi lebih baik dan sempurna. Viera & Ferguson dalam Diana (2020:65) menyatakan, "Elemen dasar bagi pelaksanaan operan lengan depan yang baik adalah; (1) gerakan mengambil bola, (2) mengatur posisi badan, (3) memukul bola, dan (4) mengarahkan bola ke sasaran". Menurut Yunus dalam Diana (2020: 65- 66) teknik passing bawah sebagai berikut:

1) Sikap Permulaan

Ambil sikap siap normal dalam permainan bola voli, yaitu kedua lutut ditekuk dengan badan dibongkokkan ke depan, berat badan menumpu pada telapak kaki depan untuk mendapatkan keseimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan dengan punggung tangan kanan diletakkan

diatas telapak tangan kiri, kemudian saling berpegangan dengan posisi ibu jari sejajar sama Panjang, sehingga kedua lengan sejajar membentuk seperti papan pantul.

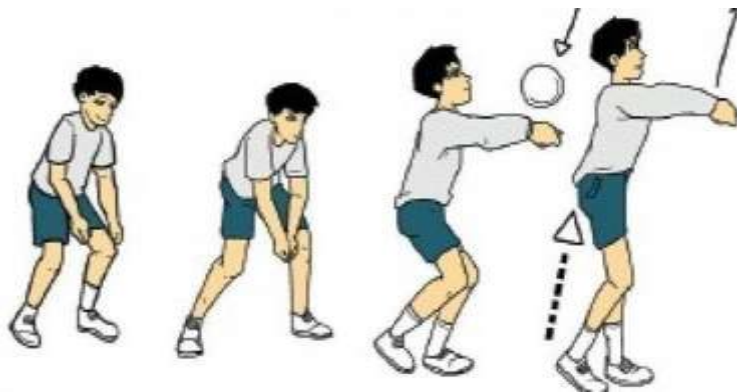
## 2) Gerakan Pelaksanaan

Ayunkan kedua lengan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian, bahu dan siku benar-benar dalam kondisi lurus. Perkenaan bola pada proksimal dari lengan bawah, di atas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut kurang lebih  $45^\circ$ , dengan badan lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus setinggi bahu.

## 3) Gerakan Lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap Kembali dan ayunan lengan untuk passing bawah ke depan tidak melebihi sudut  $90^\circ$  dengan bahu badan.

Gambar posisi teknik passing bawah bola voli sebagai berikut:



**Gambar 2.1 Teknik Passing Bawah**  
(Sumber: Ricky Bintang Saputra, 2022)

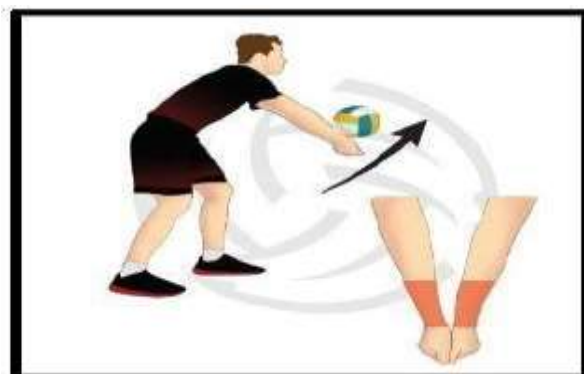


**Gambar 2.2 Fase Persiapan**

(Sumber: Ricky Bintang Saputra, 2022)

**(1) Persiapan**

- (a) Kaki aktif bergerak ke arah datangnya bola.
- (b) Kedua tangan lurus sejajar saling berdekatan di depan badan.
- (c) Kaki dibukaselebar bahu dengan salah satu posisi kaki sedikit didepan.
- (d) Tekuk lutut dan tahan tubuh dalam posisi rendah
- (e) Punggung lurus dan pandangan focus ke arah bola

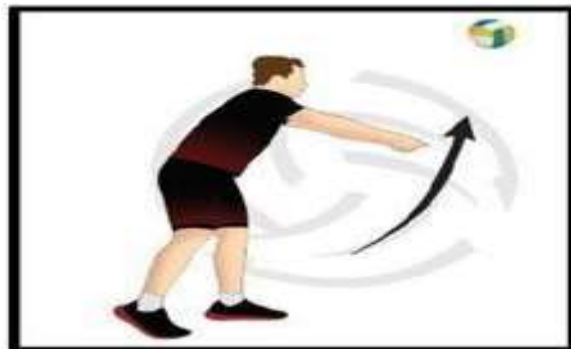


**Gambar 2.3 Fase Pelaksanaan**

(Sumber: Rosyid & Wicaksono, dalam Diana, 2020)

**(2) Pelaksanaan**

- (a) Pastikan menerima bola di depan badan
- (b) Lengan diayun pada bahu, sementara pergelangan tangan, siku tidak melakukan Gerakan atau tetap lurus.
- (c) Lutut bergerak meluruskan bersamaan mengayunkan lengan
- (d) Perkenaan bola di antara siku dan pergelangan tangan
- (e) Perhatikan dan rasakan saat bola menyentuh lengan.



**Gambar 2.4 Gerakan Lanjutan**

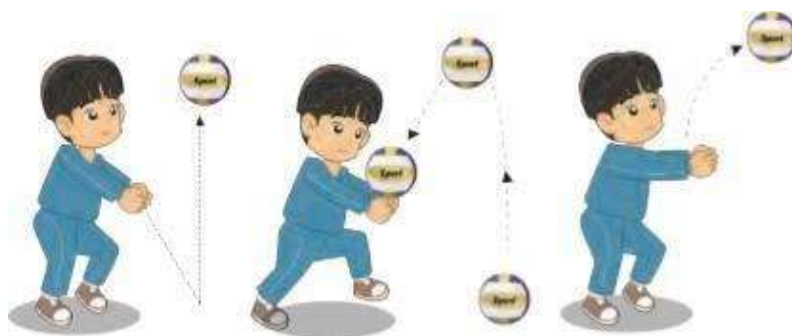
**Sumber: Rosyid & Wicaksono, dalam Diana, 2020)**

**(3) Gerak Lanjutan**

- (a) Pastikan menerima bola di depan badan
- (b) Lengan diayun pada bahu sementara pergelangan tangan, siku tidak melakukan gerakan atau tetap lurus terkunci.
- (c) Lutut bergerak meluruskan bersamaan mengayunkan lengan (satu kali ayunan lengan).
- (d) Perkenaan bola di antara siku dan pergelangan tangan.
- (e) Perhatikan dan rasakan saat bola menyentuh lengan.

- (f) Jari tangan tetap di genggam dan siku tetap terkunci.
- (g) Lengan lurus maksimal setinggi bahu.
- (h) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran.
- (i) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.
- (j) Siap bergerak untuk rangkaian Gerakan selanjutnya.

Pembelajaran teknik ini melibatkan pengajaran yang efektif untuk memastikan siswa memahami dan mampu melaksanakannya dengan baik. Untuk melakukan latihan gerakan passing bawah dapat dilakukan dengan cara berpasangan dan berkelompok. Dalam melakukan latihan gerakan passing bawah, peserta latihan diharapkan dapat menunjukkan nilai-nilai sikap seperti sportivitas, kerja sama, tanggung jawab, dan disiplin. Bentuk-bentuk aktivitas latihan passing bawah bisa dilakukan dengan cara berikut:



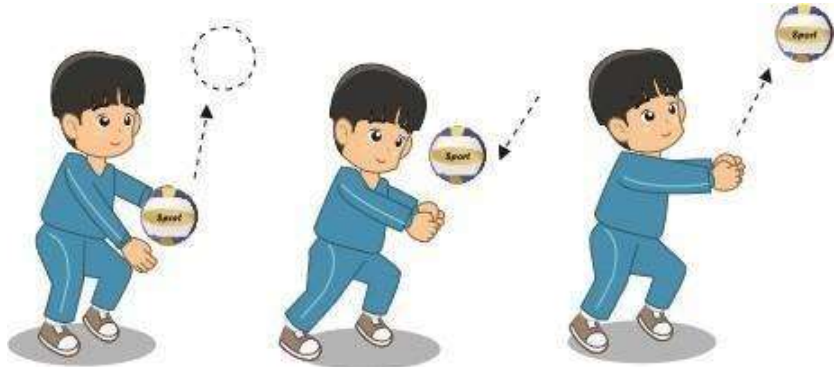
**Gambar 2.5 passing bawah dengan pantulan ke lantai**

(Sumber: Maolioka, 2021)

**(1) Melambungkan bola ke atas kemudian passing dengan kedua tangan.**

Amati dan peragakan gerakan melambungkan bola ke atas kemudian passing dengan kedua tangan permainan bola voli berikut ini.

- (a) Berdiri tegak, kedua kaki dibuka, kedua lutut sedikit ditekuk
- (b) Lambungkan bola dengan kedua tangan.
- (c) Pada waktu bola mengarah ke bawah passing dengan dua tangan saat bola berada di depan dada.



**Gambar 2.6 Melambungkan bola ke atas kemudian passing dengan kedua tangan.**

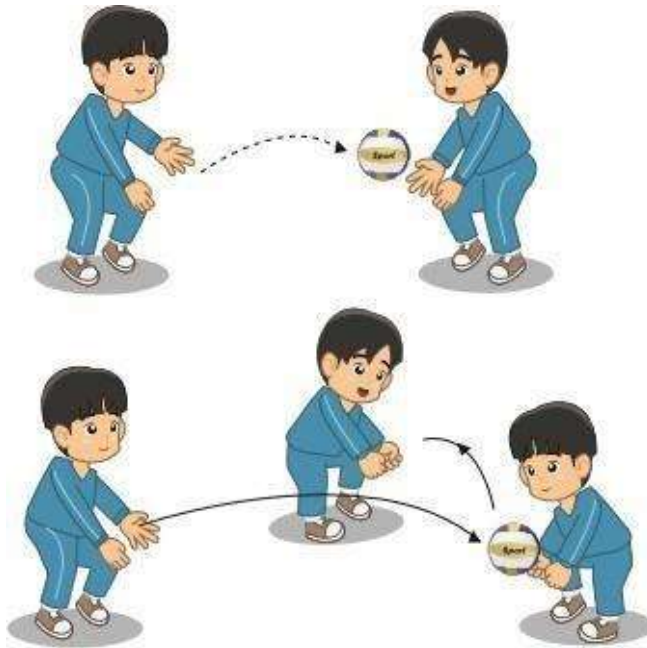
**(Sumber: Maolioka, 2021)**

**(2) Passing bawah secara berpasangan atau berkelompok.**

Amati dan peragakan gerakan passing bawah secara berpasangan atau berkelompok dalam permainan bola voli berikut ini.

- (a) Cari temanmu yang seimbang.
- (b) Berdiri berhadapan dengan satu kaki di depan, kedua lutut sedikit ditekuk.
- (c) Lambungkan bola ke temanmu dengan kedua tangan.
- (d) Kemudian temanmu menerimanya dengan passing bawah.

- (e) Setelah sampai 10 – 15 kali lambungan, lakukan pergantian posisi.



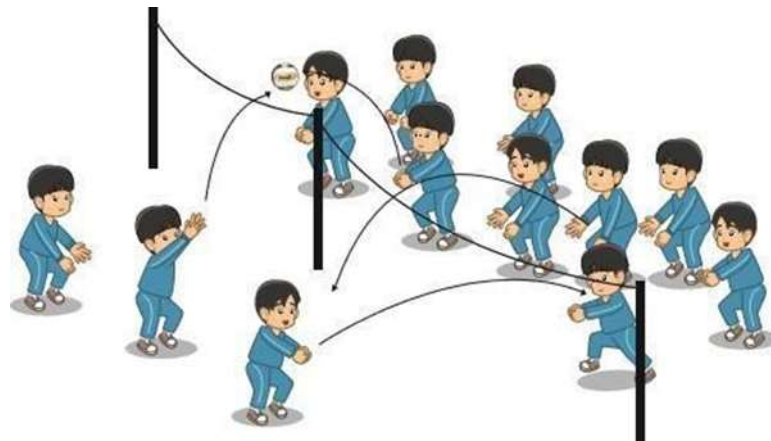
**Gambar 2.7 Passing bawah secara berpasangan atau berkelompok**

(Sumber: Maolioka, 2021)

**(3) Melakukan pembelajaran passing bola melalui atas net/tali yang dipasang melintang secara berpasangan.**

Amati dan peragakan cara passing bola melalui atas net/tali yang dipasang melintang secara berpasangan permainan bola voli berikut ini.

- (a) Cari temanmu yang seimbang.
- (b) Bentangkanlah seutas tali setinggi 1,5 – 2 meter pada lapangan permainan bola voli.
- (c) Berdiri berhadapan dengan satu kaki di depan, kedua lutut sedikit ditekuk.
- (d) Pasangan melambungkan bola dengan kedua tangan, kemudian kamu mengembalikan bola dengan passing bawah kepada temanmu.



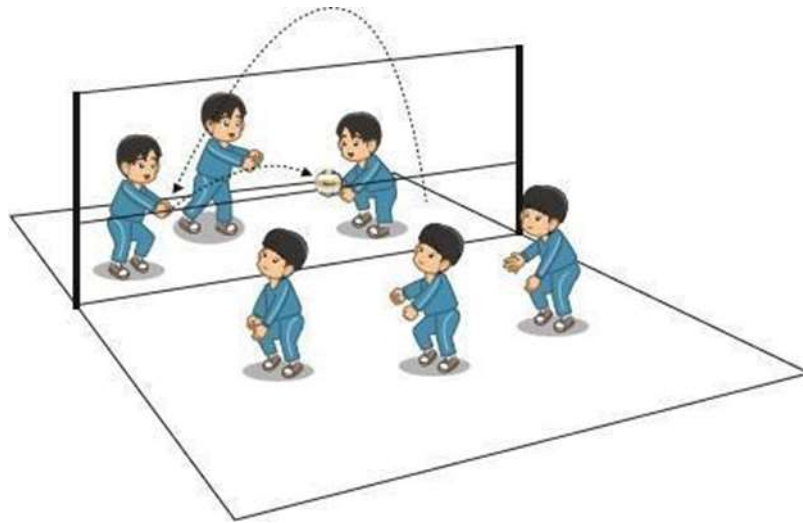
**Gambar 2.8 Melakukan pembelajaran passing bola melalui atas net/tali yang dipasang melintang secara berpasangan. (Sumber: Maolioka, 2021)**

**(4) Melakukan pembelajaran passing bola dalam bentuk bermain pada lapangan kecil**

Amati dan peragakan cara passing bola dalam bentuk bermain pada lapangan kecil permainan bola voli berikut ini.

- (1) Cari temanmu tiga sampai empat orang perkeompok.
- (2) Bentangkanlah seutas tali setinggi 1,5 – 2 meter pada lapangan permainan bola voli.
- (3) Kemudian setiap pemain dapat menempati posisi di lapangan permainan masing-masing.
- (4) Lalu bola dimainkan dengan tiga kali pukulan dengan passing bawah.
- (5) Setelah pukulan kedua, bola tersebut harus melewati net dan masuk kelapangan lawan.
- (6) Setelah bola jatuh di lapangan lawan, lakukan pola gerakan yang sama.





**Gambar 2.9 Melakukan pembelajaran passing bola dalam bentuk bermain pada lapangan kecil**

**(Sumber: Maolioka, 2021)**

Dalam proses pembelajaran ini, penting untuk menciptakan lingkungan yang positif, mendukung, dan berfokus pada pengembangan keterampilan teknis dan pemahaman tentang permainan bola voli. Ini akan membantu siswa memahami dan menguasai teknik passing bawah dengan lebih baik.

## 2. Pendekatan Teaching Games for Understanding (TGfU)

TGfU adalah pendekatan pembelajaran yang berfokus pada pemahaman konsep dan strategi permainan dalam olahraga sebelum melibatkan latihan teknis. Menurut TGfU Pambudi dalam Diana (2020:59).

TGfU merupakan model pembelajaran yang menitik beratkan pada pengembangan kemampuan siswa dalam bermain game untuk meningkatkan aktivitas fisik. Dalam konteks bola voli, TGfU memungkinkan siswa memahami konsep permainan, seperti posisi, taktik, dan koordinasi tim, sebelum memfokuskan

pada teknik passing bawah. Pendekatan ini dapat meningkatkan motivasi dan pemahaman siswa terhadap permainan. Pendekatan Teaching Games for Understanding (TGFU) adalah suatu metode pembelajaran yang memiliki pendekatan yang unik dalam mengajar olahraga, termasuk dalam konteks bola voli. Pendekatan ini menempatkan pemahaman konsep dan strategi permainan di depan latihan teknis. Penjelasan lebih lanjut mengenai TGFU yaitu :

#### 1) Pemahaman Konsep Permainan

Teaching Games for Understanding (TGFU) memulai pembelajaran dengan membantu siswa memahami konsep permainan bola voli secara menyeluruh. Ini termasuk pemahaman tentang posisi pemain, taktik permainan, aturan, dan strategi tim. Dengan memahami konsep ini, siswa dapat lebih baik mengaitkan latihan teknis dengan konteks permainan yang sebenarnya.

##### a) Motivasi

Salah satu kelebihan TGFU adalah meningkatkan motivasi siswa. Sebagai contoh, dalam pembelajaran passing bawah bola voli, siswa mungkin akan lebih termotivasi untuk menguasai teknik ini jika mereka telah memahami bagaimana teknik tersebut akan digunakan dalam situasi permainan yang sebenarnya. Mereka melihat relevansi dari apa yang mereka pelajari.

##### b) Koordinasi Tim

TGFU sangat memperhatikan aspek kerjasama tim dalam permainan. Siswa belajar bekerja bersama dalam situasi permainan yang realistis. Ini membantu mereka memahami peran masing-masing pemain dalam tim,

komunikasi yang efektif, dan bagaimana beradaptasi dengan strategi yang berkembang selama permainan.

c) Konteks Sebelum Teknik

Dalam TGFU, teknik-teknik seperti passing bawah bola voli akan diajarkan setelah siswa memiliki pemahaman yang kuat tentang permainan secara keseluruhan. Ini berarti bahwa ketika siswa mulai melatih teknik tersebut, mereka sudah memiliki pemahaman tentang bagaimana teknik tersebut digunakan dalam permainan, bukan hanya sebagai latihan teknis yang terisolasi.

d) Pemahaman yang Mendalam

TGFU mendorong pemahaman yang mendalam tentang olahraga. Siswa tidak hanya menghafal teknik, tetapi mereka memahami alasan di balik teknik-teknik tersebut. Ini memungkinkan mereka untuk lebih adaptif dan cerdas dalam bermain bola voli.

e) Pembelajaran yang Menyenangkan

Karena TGFU memasukkan unsur permainan dan situasi permainan yang realistis, pembelajaran menjadi lebih menyenangkan. Siswa terlibat dalam permainan aktif, yang membuat mereka merasa lebih terlibat dan antusias. Pendekatan TGFU merupakan pendekatan yang berfokus pada pemahaman yang dalam, pemotivasian siswa, dan penerapan konteks permainan dalam pembelajaran. Dalam konteks pembelajaran passing bawah bola voli, TGFU dapat membantu siswa menjadi pemain yang lebih baik dengan pemahaman taktis yang kuat.

### C. Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan suatu pernyataan, pemikiran atau menjelaskan fakta tentang penyebab masalah tersebut atau bisa disebut dengan jawaban sementara terhadap masalah yang diperoleh dari hasil kesimpulan dari sebuah kerangka pemikiran (Adiputra et al, 2021). Berdasarkan teori dan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada latar belakang peneliti sebelumnya, peneliti dapat menyusun hipotesis sebagai berikut :

- Ho : Tidak dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGUFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.
- Ha : Dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGUFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

### BAB III

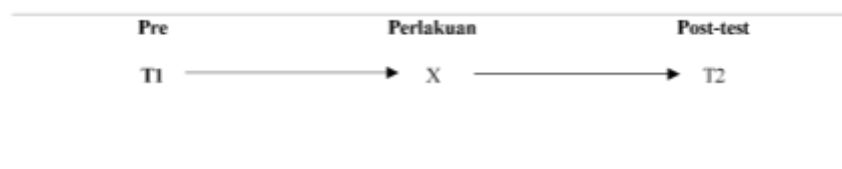
#### METODE PENELITIAN

##### A. Desain Penelitian

Desain penelitian didefinisikan sebagai pedoman dan instruksi yang digunakan dalam pengalamatan masalah penelitian, desain penelitian juga disebut rencana atau *blueprint* yang peneliti ingin gunakan dalam melakukan penelitian (Adiputra et al., 2021). Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasy Experiment* dan menggunakan desain *one group pre-test post-test* dengan dilakukannya pengukuran sebelum diberikan implementasi dan dilakukan pengukuran kembali setelah diberikan implementasi.

Penelitian eksperimen adalah penelitian yang mencoba mencari pengaruh variabel independent (TFGU) dan variabel dependent (Passing bawah bola voli). Donald Ary mengatakan penelitian eksperimen merupakan penelitian yang paling kuat dalam menguji hipotesis (Abraham and Supriyati, 2022).

**Tabel 3.1**  
**Desain Penelitian Pre-Eksperimental**  
**One Group Pre-Test Post-Test**



Keterangan :

T1 : Pre Test sebelum diberikan implementasi passing bawah bola voli dengan metode TGFU

T2 : Post Test setelah diberikan implementasi passing bawah bola voli dengan metode TGFU

X : Implementasi passing bawah bola voli dengan metode TGFU

## **B. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi**

Menurut Handayani (2020) populasi merupakan elemen yang memiliki ciri yang sama bisa berupa individu dari suatu kelompok, peristiwa atau suatu hal yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SMP Kesatrian 1 Kota Semarang kelas VII B sebanyak 31 siswa.

### **2. Sampel**

Arikunto (2013) mengatakan sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diteliti. Sugiyono (2013) mengatakan sampel adalah bagian dari jumlah populasi yang memiliki karakteristik. Pada sampel penelitian ini peneliti menggunakan semua populasi yaitu 31 responden.

### **C. Definisi Operasional dan Variabel**

#### 1. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah kumpulan intruksi yang lengkap untuk memutuskan apa yang akan di ukur dan bagaimana cara mengukur variabel tersebut (Setiadi, 20013). Definisi operasional juga merupakan identifikasi terhadap suatu hal yang bersifat variabel yang bisa digunakan sebagai bahan penelitian (Koeswardhana, 2020).

#### 2. Variabel

Variabel adalah suatu untuk ditetapkan sebagai objek yang diamati dalam penelitian dan ditetapkan sebagai bahan untuk dipelajari agar dapat diperoleh informasi tentang hal yang diteliti kemudia diambil kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini adalah :

- a. Passing bawah di penelitian ini sebagai variabel dependent.
- b. Teching Game For Understanding sebagai variabel independent.

### **D. Teknik dan Instrumen Penelitian**

#### 1. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Dalam menggunakannya metode tersebut, peneliti memerlukan instrumen, yaitu “alat bantu” agar pekerjaan mengumpulkan data menjadi lebih mudah. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2017). Teknik pengumpulan

data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *PreTest* dan *PostTest*. Berikut tahapan teknik pengumpulan data pada penelitian ini :

a. Observasi

Menurut Sugiyono (2017) mengatakan bahwa teknik pengumpulan data dengan observasi dapat digunakan apabila penelitian berhubungan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala alam, dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar. Observasi tersebut terdiri dari observasi langsung dan observasi tidak langsung.

Pada Penelitian ini, peneliti melakukan observasi secara langsung untuk mengambil data sebelum melakukan penelitian. Observasi dilakukan secara langsung dengan mengamati objek penelitian untuk memperoleh data peserta didik yang meliputi aspek psikomotor dan kognitif.

b. Test

Menurut Rohman Ratnasari didalam (Kader, 2015) mengatakan bahwa tes merupakan suatu bentuk alat evaluasi untuk mengukur seberapa jauh tujuan pengajaran telah tercapai, jadi berarti evaluasi terhadap hasil belajar.

Pada penelitian ini, peneliti melakukan 3 kali test pada responden, yaitu Pre Test dan diberikan implementasi passing bawah dengan metode TGFU dan Post Test setelah diberikan



implementasi passing bawah bola voli dengan metode TGFU.

c. Dokumentasi

Menurut Arikunto (2016) menjelaskan dokumentasi adalah sekumpulan barang-barang tertulis seperti buku, majalah, dokumen, serta catatan harian dan sebagainya. Pada penelitian ini, dokumentasi pada peneliti menggunakan kamera handphone dan dokumentasi dilakukan pada saat pembelajaran passing bawah yang berupa foto.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen didefinisikan sebagai alat ukur yang digunakan dalam penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang diamati (Sugiyono, 2015: 148).

**Tabel 3.2**  
**Tes Psikomotor**

No	Nama Siswa	Sikap Awal <i>Passing</i>				Sikap Perkenaan <i>Passing</i>				Sikap Lanjutan <i>Passing</i>				Jumlah	Nilai Akhir (%)
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	AA														
2	AB														
3	AC														
4	AD														
5	AL														

Sumber : Jatmiko, Agus Dwi. (2011) didalam Suherman.(2019)

Kriteria Penilaian:

a. Sikap Awal

- 1) Kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibengkokkan ke depan

- 2) Berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu kesetimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah,
- 3) Kedua tangan saling berpegangan,
- 4) Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.

b. Sikap Perkenaan

- 1) Ayunkan kedua lengan ke arah bola, sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus,
- 2) Perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan di atas dari pergelangan tangan
- 3) Perkenaan bola pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan,
- 4) Lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus

c. Sikap Lanjutan

- 1) Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan
- 2) Untuk mengambil posisi sikap kembali
- 3) Ayunan lengan untuk passing bawah ke depan tidak melebihi sudut 90o dengan bahu
- 4) Kembali ke posisi sikap permulaan.

Keterangan:

Siswa mendapat nilai 4, apabila dapat melakukan seluruh aspek

yang diamati.

Siswa mendapat nilai 3, apabila dapat melakukan 3 aspek yang diamati

Siswa mendapat nilai 2, apabila dapat melakukan 2 aspek yang diamati

Siswa mendapat nilai 1, apabila dapat melakukan 1 aspek yang diamati.

**Tabel 3. 3**  
**Tes Kognitif**

No	Soal	Kriteria Jawaban	1	2	3	4
1	Bagaimana sikap awalan pada <i>passing</i> bawah?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kedua lutut ditekuk</li> <li>● Badan sedikit dibengkokkan ke depan,</li> <li>● Kedua tangan saling berpegangan,</li> <li>● Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.</li> </ul>				
2	Bagaimana sikap pelaksanaan pada <i>passing</i> bawah?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ayunkan kedua lengan ke arah bola</li> <li>● Sumbu gerak pada persendianbahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus</li> <li>● Perkenaan bola pada bagianproksimal dari lengan di atas dari pergelangan tangan (sudut 45°).</li> <li>● Lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.</li> </ul>				

3.	Bagaimana sikap lanjutan pada <i>passing</i> bawah ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Setelah ayunan mengenai bola, kaki belakang melangkah kedepan</li> <li>● Untuk mengambil posisi sikap kembali</li> <li>● Ayunan lengan tidak melebihi 90° dengan bahu</li> <li>● Kembali kesikap permulaan</li> </ul>				
----	--	--	--	--	--	--

Keterangan:

- a. Peserta didik mendapat nilai 4, apabila kriteria jawaban muncul semua.
- b. Peserta didik mendapat nilai 3, apabila kriteria jawaban muncul 3.
- c. Peserta didik mendapat nilai 2, apabila kriteria jawaban muncul 2.
- d. Peserta didik mendapat nilai 1, apabila kriteria jawaban muncul 1.

**Tabel 3. 4**  
**Tes Afektif**

No	Nama	Aspek Sikap Yang Dinilai															Jumlah	NA (%)
		Kerjasama			Disiplin			Semangat			Percaya diri			Sportivitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.	ATP																	
2.	BNC																	
3.	CFS																	
4.	DKW																	

Kriteria Penilaian:

- 1). Kerjasama
  - a) Peserta didik saling memberikan informasi kepada teman yang

belum memahami materi pembelajaran

- b) Peserta didik saling bekerjasama dalam kelompok
  - c) Peserta didik tidak egois dalam penguasaan bola
- 2). Kedisiplinan
- a) Mengikuti pembelajaran dari awal hingga akhir
  - b) Berpakaian seragam olahraga dengan sopan
  - c) Berbahasa dengan sopan saat berbicara kepada guru dan teman sejawat
- 3). Semangat
- a) Senang mengikuti pembelajaran
  - b) Mau memperbaiki kesalahan yang dilakukan
  - c) Mau bertanya kepada guru jika menemukan hal yang tidak dipahami
- 4). Percaya diri
- a) Tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan
  - b) Berani memberikan contoh gerakan di depan kelas
  - c) Berani mengungkapkan pendapat
- 5). Sportivitas
- a) Mau menerima kekalahan dengan lapang dada
  - b) Memberikan apresiasi kepada kelompok yang menang
  - c) Mengikuti peraturan permainan Keterangan :
    - (1) Peserta didik mendapat nilai 3, apabila dapat melakukan semua aspek yang diamati.

- (2) Peserta didik mendapat nilai 2, apabila dapat melakukan 2 aspek yang diamati.
- (3) Peserta didik mendapat nilai 1, apabila dapat melakukan 1 aspek yang diamati.

Rumus Penghitungan Penilaian Psikomotor, Kognitif dan Afektif

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah score yang diperoleh}}{\text{Jumlah score maksimal}} \times 100$$

Indikator keberhasilan tindakan adalah meningkatnya hasil pembelajaran pasing bawah permainan bola voli melalui pendekatan TGFU secara individual yang didasarkan pada Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) sekolah adalah 75.

## **E. Validitas dan Realibilitas Instrumen**

### **1. Validitas**

Menurut Sugiyono (2016:177) validitas menunjukkan ketepatan antara data yang sesungguhnya dari hasil yang dikumpulkan oleh peneliti untuk mencari validitas dari sebuah item dengan cara mengkorelasikan skor item dengan total item tersebut, jika koefisien antara item dengan total item sama (diatas 0,3) maka dinyatakan valid, namun jika korelasi dibawah 0,3 maka tidak valid.

### **2. Reabilitas**

Menurut Sugiyono (2018:122) reliabilitas instrumen dapat dilakukan secara eksternal maupun internal. Pengujian secara

eksternal dilakukan dengan cara *tes-retest (stability)*, *equivalent*, maupun gabungan dari keduanya. Sedangkan secara internal dapat dilakukan uji dengan menganalisis konsistensi yang ada pada instrumen dengan teknik tertentu.

## **F. Teknik Analisis Data**

Dari data yang diperoleh dalam penelitian ini maka dilanjutkan dengan uji statistik *T-test*, yaitu data yang dianalisis harus berdistribusi normal antara variabel dependent dengan variabel independet sehingga didapatkan koefisien yang minimal antara variabel dependent dan variabel independent (Permadi, 2016).

### **1. Uji Prasyarat Analisis**

Agar data dapat dianalisis dengan statistik parametrik, maka perlu uji prasyarat. Uji prasyarat yaitu mengetahui data yang akan dianalisa memenuhi syarat atau tidak yang berfungsi untuk menentukan langkah selanjutnya, uji tersebut meliputi :

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dimaksudkan buat mengetahui apakah distribusi skor variabel berkurva normal atau tidak. Jika distribusi normal, maka statistik parametrik dapat dilakukan, dan jika tidak normal, maka statistik yang digunakan adalah dengan statistik non-parametrik. Hasil uji normalitas selanjutnya dapat di gunakan uji hipotesis dengan syarat:

- 1) Jika  $p\text{-value} > 0,05$  maka data berdistribusi normal, dan

selanjutnya dapat digunakan uji paired t-test untuk mengetahui upaya yang signifikan pada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGUFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

- 2) Jika  $p\text{-value} < 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal, dan selanjutnya dapat digunakan uji wilcoxon untuk mengetahui upaya yang signifikan pada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGUFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

#### b. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan uji *Non Parametric* yaitu uji *Paired T-Test* yang ditujukan untuk menguji upaya pada peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan metode *Teaching Game For Understanding* (TGUFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang sebelum dan sesudah pemberian pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan metode *Teaching Game For Understanding* (TGUFU). Dari hasil penelitian jika didapatkan:

- 1) Nilai  $p\text{ value} (\leq 0,05)$ , maka  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak yang artinya bahwa terdapat upaya yang signifikan pada peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan



metode *Teaching Game For Understanding* (TGFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

- 2) Nilai *p value* ( $>0,05$ ), maka  $H_a$  ditolak  $H_0$  diterima yang artinya bahwa tidak terdapat upaya yang signifikan pada peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan metode *Teaching Game For Understanding* (TGFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Umum Objek Penelitian**

SMP Kesatrian I Kota Semarang terletak di Jalan Soekarno-Hatta no.64, Pedurungan, Kota Semarang. SMP Kesatrian I Kota Semarang memiliki sarana dan prasarana yang memadai, nyaman, modern dan representatif untuk menunjang proses pembelajaran. Dengan misi “Menjadi sekolah maju untuk mewujudkan insan yang beriman, berakhlak mulia, berprestasi berlandaskan kedisiplinan dan kekeluargaan”. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Kesatrian 1 Semarang.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan sekolah SMP Kesatrian 1 Semarang dimulai pada tanggal 25 Maret 2024 sampai dengan tanggal 24 Mei 2024. Dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa SMP Kesatrian 1 Kota Semarang kelas VII B sebanyak 31 siswa. Riset ini menggunakan tes sebagai bentuk alat evaluasi untuk mengukur seberapa jauh tujuan pengajaran telah tercapai terhadap hasil belajar passing bawah bola voli. Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui upaya meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli menggunakan metode TGFU. Hasil belajar selama penelitian yaitu 3 kali pertemuan termasuk pre-test dan posttest. Perlakuan penelitian ini dilakukan pada satu kelas yaitu kelas eksperimen.

## B. Hasil Penelitian dan Analisis Data

### 1. Hasil Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

##### 1) *Pre-test*

**Tabel 4.1**  
**Uji Normalitas Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bola**  
**Voli Sebelum Diberi Metode Teaching Game For**  
**Understanding (TGFU)**

<i>Pre-test</i>	N	<i>P-value</i>
Kognitif-Psikomotor-Afektif	31	0,331

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan hasil bahwa *p-value* untuk peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli sebelum diberi metode *Teaching Game For Understanding* (TGFU) sebesar 0,331, karena untuk *p-value*  $>0,05$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas dapat disimpulkan bahwa data adalah berdistribusi normal. Selanjutnya, berdasarkan uji normalitas data berdistribusi normal, maka selanjutnya dapat digunakan uji hipotesis uji t berpasangan.

##### 2) *Post-test*

**Tabel 4.2**  
**Uji Normalitas Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bola**  
**Voli Setelah Diberi Metode Teaching Game For**  
**Understanding (TGFU)**

<i>Post-tets</i>	N	<i>P-value</i>
Kognitif-Psikomotor-Afektif	31	0,076

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa *p-value* untuk peningkatan pembelajaran passing bawah bola voli sesudah diberi metode *Teaching Game For Understanding* (TGFU) sebesar 0,076, karena untuk *p-value*  $>0,05$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas dapat disimpulkan bahwa data adalah berdistribusi normal. Selanjutnya, berdasarkan uji normalitas data berdistribusi normal, maka selanjutnya dapat digunakan uji hipotesis uji t berpasangan.

b. Uji Hipotesis

**Tabel 4.3**  
**Deskriptif Statistik Kognitif, Afektif dan Psikomotor**

Data		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest_Kognitif	55.1035	31	12.66588	2.27486
	Posttest_Kognitif	89.5139	31	9.61489	1.72689
Pair 2	Pretest_Psikomotor	51.6110	31	11.26720	2.02365
	Posttest_Psikomotor	89.3529	31	10.13527	1.82035
Pair 3	Pretest_Afektif	66.1806	31	14.45821	2.97358
	Posttest_Afektif	94.3806	31	8.98463	1.38653
Pair 4	Ratarata_Pretest	54.0323	31	9.34696	1.67876
	Ratarata_Posttest	91.7742	31	12.14828	2.18190

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil bahwa pada masing-masing *pre-test* memiliki hasil yang lebih rendah dari *post-test* (*pre-test*  $<$  *post-test*). Maka itu artinya secara deskriptif ada perbedaan rata-rata hasil antara *pre-test* dan *post-test*. Untuk nilai pre test kognitif diperoleh Mean sebesar 55.10, sedangkan untuk post test diperoleh Mean sebesar 89.51, karena mean pada

pre test kognitif  $55.10 < 89.51$  maka itu artinya terdapat peningkatan kognitif setelah diberikan perlakuan.

Untuk nilai pre test psikomotor diperoleh Mean sebesar 51.61, sedangkan untuk post test psikomotor diperoleh Mean sebesar 89.35, karena mean pada pre test  $51.61 < 89.35$  maka itu artinya terdapat peningkatan psikomotor setelah diberikan perlakuan.

Terkait nilai pre test afektif diperoleh Mean sebesar 66,18, sedangkan untuk post test afektif diperoleh Mean sebesar 94,38, karena mean pada pre test  $66,18 < 94,38$  maka itu artinya terdapat peningkatan psikomotor setelah diberikan perlakuan.

Untuk nilai pre test rata-rata kognitif, psikomotor dan afektif diperoleh Mean sebesar 54.03, sedangkan untuk post test rata-rata kognitif dan psikomotor diperoleh Mean sebesar 91.77, karena mean pada pre test  $54.03 < 91.77$  maka itu artinya terdapat peningkatan rata-rata kognitif dan psikomotor setelah diberikan perlakuan.

**Tabel 4.4**  
**Uji Hipotesis *t test pre-posttest***

Data	Mean	t hitung	Nilai Sig.
Pre-posttest Kognitif	-34.41	-12.503	.000
Pre-posttest Psikomotor	-37.74	-15.377	.000
Pre-posttest Afektif	-35.58	-11.743	.000
Pre-posttest Rerata Skor	-37.74	-14.568	.000

Nilai *mean paired differences* untuk rata-rata kognitif dan psikomotor adalah sebesar -37.41. Nilai ini menunjukkan selisih antara *mean pre dan post* ( $91.77-54.03=-37.41$ ) dan selisih perbedaan tersebut antara -43.03 sampai dengan -32.45 (95% *confidence interval of the difference lower and upper*).

Diketahui *t* hitung bernilai negatif yaitu sebesar -14.568, *t* hitung bernilai negatif ini karena pada hasil pretest lebih rendah daripada hasil posttest. Dalam konteks kasus seperti ini maka nilai *t* hitung negatif dapat bermakna positif, sehingga nilai *t* hitung menjadi 14.568.

Selanjutnya adalah tahap mencari nilai *t* tabel, diketahui *df* adalah sebesar 30 dan nilai ini kita gunakan sebagai acuan dalam mencari nilai *t* tabel pada distribusi nilai *t* tabel statistik. Maka didapatkan nilai *t* tabel adalah sebesar 2.042. Dengan demikian, karena nilai *t* hitung  $14.568 > t$  tabel 2.042, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil belajar pre-test dan post-test yang artinya ada upaya yang signifikan pada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGUFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

### **C. Pembahasan**

Siklus belajar merupakan pusat dari gerakan instruktif di sekolah, khususnya dalam pembelajaran pelatihan yang sebenarnya. Pembelajaran adalah suatu siklus yang meliputi kerjasama antara siswa, pengajar, dinas dan iklim untuk memperoleh informasi, kemampuan atau perspektif baru untuk mencapai tujuan yang direncanakan dalam pencapaian interaksi pembelajaran (Alkindi, 2021).

Dalam sebuah pembelajaran ada dua hal yang menjadi bagian penting sebagai akibat dari proses pembelajaran tersebut, yaitu keberhasilan pelaksanaan dan kegagalan pelaksanaan. Keberhasilan merupakan tujuan yang ingin dicapai dari semua program yang telah ditetapkan, sedangkan kegagalan merupakan kendala atau hambatan yang sebisa mungkin harus dihindari (Astuti, 2020).

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mewujudkan aktivitas belajar dan mengembangkan setiap potensi yang ada dari peserta didik agar memiliki keterampilan untuk dirinya maupun untuk masyarakat. Pendidikan bersifat universal, bisa terbagi ke dalam beberapa aspek, salah satunya adalah kegiatan ekstrakurikuler (Alhadi, 2023).

Terdapat beberapa cara untuk menyalurkan minat dan bakat peserta didik salah satunya yaitu dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan sekolah bertujuan untuk memberikan kesempatan peserta didiknya untuk mengasah keterampilan agar lebih berprestasi dibidangnya (Turmuzi, 2021). Permainan pada penelitian ini adalah

permainan bola besar yang ditujukan pada pembelajaran anak dalam permainan bola voli. Permainan bola besar merupakan permainan menggunakan alat yaitu bola sebagai alat utama permainan bola voli yang dilakukan secara berkelompok-kelompok kecil. Aktivitas permainan bola besar diharapkan dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli (Ramadhan, 2023). Dalam pembelajaran permainan bola voli terhadap siswa, yang terpenting dalam pengenalan adalah teknik dasar. Teknik dasar dalam permainan bola voli ini terbagi atas servis, *passing*, *smash*, dan *block*. Namun dalam pembelajaran pada siswa sekolah dasar lebih mengacu pada servis dan *passing*, dikarenakan teknik tersebut mudah untuk dipahami para siswa (Jumaking, 2023).

Model pembelajaran *Teaching Game for Understanding* (TGUFU) lebih mengarah pada rangsangan terhadap peserta didik untuk memahami kesadaran taktis dalam sebuah permainan untuk mendapatkan manfaat sehingga dapat dengan cepat mampu mengambil keputusan apa yang harus dilakukan dan bagaimana melakukannya. Peserta didik akan terbentuk menjadi lebih aktif, kreatif dan berpikir kritis dalam memecahkan masalah, khusus dalam proses pembelajaran *passing* bawah (Suma, 2020). Model pembelajaran *teaching games for understanding* sangat tepat diterapkan dalam pendidikan jasmani di sekolah materi pembelajaran bola voli. Model TGUFU memiliki beberapa keunggulan, diantaranya: (1) untuk memfasilitasi pengembangan keterampilan teknis dan pengetahuan taktis; (2) memberdayakan anak-anak untuk belajar sendiri dan bertanggung jawab; (3) untuk menilai transfer taktis di seluruh



permainan; dan (4) untuk meningkatkan kesenangan dan kesenangan dalam bermain game (Dona, 2023). Pemanfaatan pendekatan TGFU dalam pembelajaran persekolahan aktual akan membawa siswa pada peningkatan diri yang lebih baik yang sesuai dengan tujuan pembelajaran aktual itu sendiri, serta tujuan pelatihan secara keseluruhan.

Penelitian ini menggunakan *Teaching Game for Understanding* (TGFU) untuk pembelajaran *passing* bawah di SMP Kesatrian I Kota Semarang. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai rata-rata afektif pre test siswa didapatkan 66,18 yang artinya nilai <75 sebagai standar KKM yaitu 75 dan nilai post test afektif adalah 94,38 yang artinya lebih dari nilai KKM. Sedangkan pada nilai pre test psikomotor didapatkan rata-rata 51.61 yang artinya nilai <75 sebagai standar nilai KKM dan nilai post test psikomotor adalah 89.35 yang artinya lebih dari nilai KKM. Pada nilai pre test kognitif didapatkan 55.10 artinya nilai <75 sebagai standar KKM dan didapatkan nilai post test kognitif adalah 89.51 maka terjadi kenaikan yang signifikan.

Untuk nilai pre test rata-rata kognitif dan psikomotor diperoleh Mean sebesar 54.03, sedangkan untuk post test rata-rata kognitif dan psikomotor diperoleh Mean sebesar 91.77, karena mean pada pre test  $54.03 < 91.77$  maka itu artinya terdapat peningkatan rata-rata kognitif dan psikomotor setelah diberikan perlakuan. Nilai mean paired differences untuk rata-rata kognitif dan psikomotor adalah sebesar -37.41. Nilai ini menunjukkan selisih antara mean pre dan post ( $91.77 - 54.03 = -37.41$ ) dan selisih perbedaan tersebut antara -43.03 sampai dengan -32.45 (95% confidence interval of the difference lower and

upper). Diketahui  $t$  hitung bernilai negatif yaitu sebesar  $-14.568$ ,  $t$  hitung bernilai negatif ini karena pada hasil pretest lebih rendah daripada hasil posttest. Dalam konteks kasus seperti ini maka nilai  $t$  hitung negatif dapat bermakna positif, sehingga nilai  $t$  hitung menjadi  $14.568$ . Selanjutnya adalah tahap mencari nilai  $t$  tabel, diketahui  $df$  adalah sebesar  $30$  dan nilai ini kita gunakan sebagai acuan dalam mencari nilai  $t$  tabel pada distribusi nilai  $t$  tabel statistik.

Maka didapatkan nilai  $t$  tabel adalah sebesar  $2.042$ . Dengan demikian, karena nilai  $t$  hitung  $14.568 > t$  tabel  $2.042$ , maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil belajar pre-test dan post-test yang artinya ada upaya yang signifikan pada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGFU) di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang. Hal ini sejalan dengan penelitian Rifai (2021) yang mendapatkan hasil bahwa nilai signifikansi (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka kita dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara hasil belajar passing bola voli pada data *Pretest* dan *Posttest*, sehingga ada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan menggunakan metode pendekatan TGFU. Sehingga dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya ada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli melalui pendekatan TGFU pada pembelajaran SMP Kesatrian 1 Kota Semarang.

Dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran metode *Teaching Game*

*For Understanding* (TGFU) efektif terhadap hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran PJOK materi passing bawah bola voli di SMP Kesatrian I Kota Semarang.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa adanya upaya meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli dengan metode Teaching Game For Understanding (TGfU) pada siswa kelas VII di SMP Kesatrian 1 Kota Semarang. Dapat dilihat dari nilai mean paired differences untuk rata-rata kognitif dan psikomotor adalah sebesar -37.41. Nilai ini menunjukkan selisih antara mean pre dan post ( $91.77-54.03=-37.41$ ) dan selisih perbedaan tersebut antara -43.03 sampai dengan -32.45 (95% confidence interval of the difference lower and upper). Diketahui t hitung bernilai negatif yaitu sebesar -14.568, t hitung bernilai negatif ini karena pada hasil pretest lebih rendah daripada hasil posttest. Dalam konteks kasus seperti ini maka nilai t hitung negatif dapat bermakna positif, sehingga nilai t hitung menjadi 14.568. Selanjutnya adalah tahap mencari nilai t tabel, diketahui df adalah sebesar 30 dan nilai ini kita gunakan sebagai acuan dalam mencari nilai t tabel pada distribusi nilai t tabel statistik. Maka didapatkan nilai t tabel adalah sebesar 2.042. Dengan demikian, karena nilai t hitung 14.568 > t tabel 2.042, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan di atas dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas maka saran yang bisa dipaparkan dari penelitian ini adalah

1. Bagi siswa, agar siswa mengetahui pentingnya pembelajaran *passing* bawah dalam permainan bola voli.
2. Bagi sekolah, dapat dijadikan sebagai gambaran untuk dapat menerapkan metode TGFU bola voli kedepannya.
3. Bagi peneliti, dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman yang berharga untuk melaksanakan tugas-tugas dimasa yang akan datang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: Literatur review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3).
- Ahdan, S dan Priandika, A.T dan Andhika, F dan Amalia, F.S. *Perancangan Media Pembelajaran Teknik Dasar Bola Voli Menggunakan Teknologi Augmented Reality Berbasis Android Learning Media For Basic Techniques Of Volleyball Using Android*.
- Ajayati, T. (2017). The Learning Model of Forearm Passing In Volleyball for Junior High School. *JETL (Journal Of Education, Teaching and Learning)*, 2(2), 218.
- Alhadi, I. S. (2023). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Dengan Metode Teaching Game For Understanding (Tgfu) Pada Siswa Kelas X-Dpb Smkn 1 Bojonegoro (Doctoral dissertation, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri).
- Alkindi, M. I., Pradipta, G. D., & Zhannisa, U. H. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Numbered Head Together (NHT) dan Teaching Games for Understanding (TGfU) Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas XI di SMA N 2 slawi. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 1(1), 8-14.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta
- Astuti, A. T. (2020). “Peningkatan Kompetensi Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Teaching Games For Understanding (TGFU)”. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Karakter*. 5 (2).
- Burstiando, R., & Kholis, M. N. (2017). *Jurnal Pembelajaran Olahraga. Jurnal Pembelajaran Olahraga*, 3(2). 167–177.
- Chan, F & Indrayeni, Y. (2018). “Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Tgfu Pada Siswi Kelas Viii Smp Negeri 11 Muaro Jambi”. *Journal Physicial Education, Health and Recreation*. 2 (2) 186-197.
- Dona, E. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Direct Intruction (Di), Teaching Games For Understanding (Tgfu) Dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Di Smp Negeri 3 Rupal, Kabupaten Bengkalis.
- Fajrin, N. Y., & Sudarso. (2014). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) Terhadap Hasil Belajar Dribbling Sepakbola (Studi Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Tarik Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 2(2), 481–484.

- Gazali, N. (2016). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bola voli. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*. 3(1), 1–6.
- Hasrion., Sari, M., & Gazali, N. (2020). Penelitian Tindakan Kelas: Meningkatkan kemampuan teknik dasar shooting sepakbola melalui metode bagian. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*. 1(1), 16-24.
- Heryadi, D & Hadian, O. (2018). Perbandingan Model Discovery Learning Dengan Model Peer, 3(2). *JUARA: Jurnal Olahraga*. 3 (2) (2018) 89–95.
- Ismail, M., & Tunggul, E. (2020). Pengaruh Latihan Bench Step Terhadap Kemampuan Smash Semi Dalam Permainan Bola Voli Pada Club Hmbs. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*. 8 (1), 131–136.
- Jasmani, P. G. S. D. P. Upaya Meningkatkan Proses Pembelajaran Passing Bawah Bolavoli Kelas V Sd Negeri 1 Karangnangka Melalui Pendekatan Teaching Games For Understanding (Tgfu).
- Jumaking, J., & Haris, I. N. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Melalui Metode Pendekatan Teaching Games For Understanding (Tgfu). *Joker (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(3), 325-334.
- Kader, Abdul. (2015). MENYUSUN DAN MENGANALISIS TES HASIL BELAJAR. *Junal : Al Ta'dib*
- Kardiyanto, D. W., & Sunardi. (2020). *Kepelatihan Bola Voli*. Zifatama Jawa.
- Karisman, V. A. (2020). “Implementasi Model Pembelajaran Terhadap Peningkatan Ketrampilan Bermain Bola Voli”. *Physical Activity Journal (PAJU)*. 2 (1) 80-89.
- Krensnapati, P. (2020). Perbedaan latihan passingberpasangan dengan perubahan tinggi net berat bola terhadap kemampuan passingbawah. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*. 1(1), 9-15. Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2013 FKIP UIR Pekanbaru). *Journal Sport Area*. 1(2), 73–83.
- Maolioka. (2021). Cara Melakukan Latihan Passing Bawah Lengkap Dengan Contoh Gambar.
- Pratiwi, E., Barikah, A., & Asri, N. (2020). Perbandingan Kebugaran Jasmani Atlet Bolavoli Indoor Dan Bolavoli Pasir Pbvsi Provinsi Kalimantan Selatan. *Jurnal Olympia*. 2 (1), 1–7.
- Purnama, S. (2017). Pengaruh Manajemen Fasilitas Olahraga dan Layanan Guru

- Puspitaningsari, M & Aziz, A & Oktaviani, I. (2021). "Meningkatkan Ketrampilan Pasing Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran TGFU". *STAND: Journal Sport Teaching and Development*. 2 (1) 55-61.
- Rifai, F., Wiyanto, A., & Kresnapati, P. (2021). Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Teaching Games For Understanding Pada Pembelajaran Kurikulum 2013. *Stand: Journal Sports Teaching and Development*, 2(1), 14-19.
- Ramadhan, H., Ihsan, N., Sepriadi, S., & Zulbahri, Z. (2023). Pengaruh Metode Kooperatif Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan. *Jurnal JPDO*, 6(6), 104-112.
- Saputra, R. B. (2022). *Pengembangan Model Pembelajaran Bola Voli Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Dan Atas Peserta Didik SMP Kelas VIII*. Tesis. Yogyakarta: Sekolah Pasca Sarjana UNY. Tidak diterbitkan.
- Sanusi, Y. H., Mannahali, M., & Anwar, M. (2020). Keefektifan Penggunaan Model Cooperative Learning Tipe Student Teams Achievement Divisions (Stad) Dalam Kemampuan Membaca Teks Bahasa Jerman Siswa Kelas X Mipa Sma Negeri 1 Barru. *Interference: Journal Of Language, Literature, And Linguistics*, 1(1).
- Sari, M. (2018). Proses Pelaksanaan Penilaian Hasil Pembelajaran Pendidikan Jasmani Anak Tuna Rungu di SMALB Negeri Pembina Pekanbaru. *Journal Sport Area*. 3(1), 42.
- Sucifirawati, S. (2020). *Peningkatan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli melalui permainan kucing-kucingan siswa kelas VA MI Badrussalam Surabaya*. Skripsi. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Jakarta : Alfabeta.
- Suherman. (2019). *Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli kelas VSD Negeri 1 Karangnangka Melalui Pendekatan Teaching Games For Understanding (TGFU)*
- Sulastri, S., Imran, I., & Firmansyah, A. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Melalui Strategi Pembelajaran Berbasis Masalah Pada MataPelajaran Ips Di Kelas V Sdn 2 Limbo Makmur Kecamatan Bumi Raya. *Jurnal Kreatif Online*, 3(1).
- Suma, N. A., Kaswari, K., & Supriatna, E. (2020). Pengaruh Model Teaching Game



For Understanding Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Di Smp. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7(9).

- Taufik, M. S., & Gaos, M. G. (2019). Peningkatan Hasil Belajar Dribbling Sepakbola Dengan Penggunaan Media Audio Visual. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*. 3(1), 43–54.
- Tayeb, T. (2017). Analisis Dan Manfaat Model Pembelajaran. *Auladuna: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 4(2), 48-55.
- Turmuzi, F., Purnamaningsih, I. R., Yuda, R., & Kusuma, A. (2021). Teaching Games for Understanding dalam Meningkatkan Kemampuan Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Patriot*, 3(3), 302-313.
- Utami, A. D. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi: *Upaya meningkatkan proses pembelajaran passing bawah bola voli kelas XI AP I SMK Muhammadiyah I Wates melalui pendekatan Teaching Games For Understanding (TGFU)*.
- Widyastuti, F. P. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Siswa Kelas 4 Sd Melalui Model Pembelajaran Inquiry Learning. *Jurnal Kiprah*, 6(1), 1-13.
- Yusmar, A. (2017). “Upaya peningkatan teknik permainan bola voli melalui modifikasi permainan siswa kelas X SMA Negeri 2 Kampar”. *Jurnal pajar (pendidikan dan pengajaran)*. 1 (1) 143-152.
- Zulrafli, Turimin, & Muspita. (2016). Kontribusi Tingkat Kesegaran Jasmani dan rohani.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1 Judul Skripsi



UNIVERSITAS PGRI SEMARANG  
 FAKULTAS PENDIDIKAN IPS DAN KEOLAHRAGAAN  
 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
 Jl. Gajah Raya No. 40 Semarang

### USULAN TEMA/JUDUL SKRIPSI DAN PEMBIMBING

Yth. Ketua Program Studi  
 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Muchammad Ali Yahya

NPM : 19230215

bermaksud mengajukan tema skripsi dengan judul :

Upaya meningkatkan Proses Pembelajaran Passing  
bawah bola Voli SMP Kesatrian 1 Semarang  
Melalui Pendekatan Teaching Games for Under-  
standing (TGfU)

Selanjutnya, untuk penentuan dosen pembimbing skripsi kami serahkan sepenuhnya kepada Ketua Program Studi, dengan keputusan pembimbing :

1. Danang Aji Setiawan, S.Pd., M.Pd

2. Setyawan, S.Pd., M.Orf

Menyetujui,

Ketua Program Studi,

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

Semarang, 26.09.2023

Yang mengajukan,

M. Ali Yahya

### DAFTAR PEMBIMBING

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| 1. Dr. Agus Wiyanto, S.Pd., M.Pd       | 11. Utvi Hida Zhanisa, S.Pd., M.Or    |
| 2. Donny Anhar Fahmi, S.Si., M.Pd      | 12. Setyawan, S.Pd., M.Or             |
| 3. Dr. Tubagus Heriambang, S.Pd., M.Pd | 13. Danang Aji Setiawan, S.Pd., M.Pd  |
| 4. Osa Maliki, S.Pd., M.Pd             | 14. Pendu Kresnapati, S.Pd., M.Pd     |
| 5. Galih Dwi Pradipta, S.Pd., M.Or     | 15. Ibnu Fatkhul Royana, S.Pd., M.Pd  |
| 6. Nur Aziz Rohmansyah, S.Pd., M.Or    | 16. Husnul Hadi, S.Pd., M.Or          |
| 7. Maftukhin Hudah, S.Pd., M.Pd        | 17. Dani Silamet Pratama, S.Pd., M.Pd |
| 8. Buwung Kusumawardhani, S.Pd., M.Kes | 18. Rahmat Hidayat, S.Pd., M.Or       |

## Lampiran 2 Persetujuan Proposal Skripsi

### PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI

Proposal skripsi dengan judul "Upaya meningkatkan proses pembelajaran passing bawah bola voli SMP Kesatrian I Semarang melalui pendekatan Teaching games for understanding (TGFU)"

Di susun oleh :

Nama : MUCHAMMAD ALI YAHYA  
 NPM : 19230215  
 Program studi : PJKR  
 Fakultas : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial  
 Keolahragaan

Telah disetujui dan disahkan pada :

Hari : 04 Senin  
 Tanggal : 04 Maret 2024

Pembimbing I



Danang Aji Setyawan, S.Pd., M.Pd.

NPP. 158901500

Pembimbing II



Setyawan, S.Pd., M.Or.

NPP. 159001504

Mengetahui,

Ketua Program Studi PJKR



Osa Malin, S.Pd., M.Pd.

NPP. 148101425

**Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian**

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG  
**FAKULTAS PENDIDIKAN IPS DAN KEOLAHRAGAAN**  
Jl. Gajah Raya No. 40 Semarang. Telp : (024) 8316377, 8448217

Nomor : 266 /AM/FPIPSKR/III/2024  
Lampiran : 1 (satu) berkas  
Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Semarang, 21 Maret 2024

Yth. Kepala SMP Kesatrian 1 Semarang  
di Semarang

Kami beritahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : MUHAMMAD ALI YAHYA  
N P M : 19230215  
Fak. / Program Studi : FPIPSKR / PJKR

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

UPAYA MENINGKATKAN PROSES PEMBELAJARAN PASSING BAWAH BOLA  
VOLI SMP KESATRIAN 1 SEMARANG MELALUI PENDEKATAN TEACHING  
GAMES FOR UNDERSTANDING (TGUFU)

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.**

NIP. 107801284

## Lampiran 4 Surat Penyelesaian Penelitian



**YAYASAN PENDIDIKAN KESATRIAN 67 SEMARANG**  
**SMP KESATRIAN 1 SEMARANG**

(Terakreditasi "A")

Jl. Sockarno – Hatta ☎ (024) 6734344-673434 📠 50199 Semarang  
 Website : www.smpkesatrian1-smg.sch.id Email : smpkes1@gmail.com

### **SURAT KETERANGAN**

Nomor : 239/103.33/SMP Kes.1/V/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ning Mulyati, S.Pd  
 NIPY : 101.0567.0054  
 Jabatan : Kepala Sekolah

menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

N a m a : Muhammad Ali Yahya  
 N P M : 19230215  
 Perguruan Tinggi : Universitas PGRI Semarang  
 Fakultas : FPIPSKR  
 Program Studi : PJKR

Telah melaksanakan penelitian di SMP Kesatrian 1 Semarang dengan judul :  
**" UPAYA MENINGKATKAN PROSES PEMBELAJARAN PASSING BAWAH BOLA VOLI SMP KESATRIAN 1 SEMARANG MELALUI PENDEKATAN TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING ( TGFU ) "**, dengan alokasi waktu mulai tanggal 25 Maret sampai dengan 24 Mei 2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 28 Mei 2024  
 Kepala Sekolah  
  
 Ning Mulyati, S.Pd  
 NIPY. 101.0567.0054

## Lampiran 5 Surat Expert Judgement

### Surat Permohonan Validasi Ahli

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Wiyono  
 No.Sertifikasi :101.0567.0026  
 Unit Kerja : SMP Kesatrian 1 Semarang  
 Jabatan : Guru PJOK  
 Keterangan : Guru Swasta

Menyatakan bahwa proposal penelitian yang disusun oleh:

Nama : Muchammad Ali Yahya  
 NPM : 19230215  
 Program Studi : PJKR Universitas PGRI Semarang  
 Judul Proposal : Upaya Meningkatkan Proses Pembelajaran Passing bawah Bola Voli SMP Kesatrian 1 Semarang Melalui Pendekatan *Teaching Games For Understanding (TGFU)*

Setelah dilakukan kajian atas metode dan instrument penelitian proposal tersebut dapat dinyatakan bahwa :

<input checked="" type="checkbox"/>	Layak digunakan sebagai penelitian
<input type="checkbox"/>	Layak digunakan dengan perbaikan
<input type="checkbox"/>	Tidak layak untuk penelitian yang bersangkutan

Catatan : beri tanda ✓

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana semestinya.

Semarang,21 Februari 2024

Validator



Drs. Wiyono

NIPY. 101.0567.0026

## Lampiran 6 Daftar Hadir Siswa

## DAFTAR HADIR Kelas VII B

NO	NAMA	P/L	08 April 2024
			Kehadiran
1	AAS	L	√
2	ARTW	L	√
3	ASR	L	√
4	ASS	P	√
5	ACW	L	√
6	BKP	L	√
7	CBA	P	√
8	DVN	L	√
9	EJPS	L	√
10	EAMA	P	√
11	IAY	L	√
12	IAAS	L	√
13	JSS	P	√
14	JJA	L	√
15	KAH	L	√
16	KPR	P	√
17	KDP	L	√
18	LRT	P	√
19	MAP	L	√
20	MAP	L	√
21	NSPA	L	√
22	MRDD	L	√
23	MNG	L	√
24	PLR	L	√
25	QCA	P	√
26	RZA	L	√
27	RAPH	L	√
28	RR	L	√
29	RDH	L	√
30	SRD	L	√
31	VYS	P	√



**DAFTAR HADIR Kelas VII B**

NO	NAMA	P/L	16 April 2024
			Kehadiran
1	AAS	L	√
2	ARTW	L	√
3	ASR	L	√
4	ASS	P	√
5	ACW	L	√
6	BKP	L	√
7	CBA	P	√
8	DVN	L	√
9	EJPS	L	√
10	EAMA	P	√
11	IAY	L	√
12	IAAS	L	√
13	JSS	P	√
14	JJA	L	√
15	KAH	L	√
16	KPR	P	√
17	KDP	L	√
18	LRT	P	√
19	MAP	L	√
20	MAP	L	√
21	NSPA	L	√
22	MRDD	L	√
23	MNG	L	√
24	PLR	L	√
25	QCA	P	√
26	RZA	L	√
27	RAPH	L	√
28	RR	L	√
29	RDH	L	√
30	SRD	L	√
31	VYS	P	√

**DAFTAR HADIR Kelas VII B**

NO	NAMA	P/L	22 April 2024
			Kehadiran
1	AAS	L	√
2	ARTW	L	√
3	ASR	L	√
4	ASS	P	√
5	ACW	L	√
6	BKP	L	√
7	CBA	P	√
8	DVN	L	√
9	EJPS	L	√
10	EAMA	P	√
11	IAY	L	√
12	IAAS	L	√
13	JSS	P	√
14	JJA	L	√
15	KAH	L	√
16	KPR	P	√
17	KDP	L	√
18	LRT	P	√
19	MAP	L	√
20	MAP	L	√
21	NSPA	L	√
22	MRDD	L	√
23	MNG	L	√
24	PLR	L	√
25	QCA	P	√
26	RZA	L	√
27	RAPH	L	√
28	RR	L	√
29	RDH	L	√
30	SRD	L	√
31	VYS	P	√

## Lampiran 7 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

### RPP

Nama Sekolah	: SMP Kesatrian 1 Semarang
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VII/2
Pertemuan	: 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 3 X 40 menit

### Kompetensi Inti

Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia. Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik, dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya.

### Kompetensi Dasar

Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.

### Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.
2. Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas

kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif

3. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.

#### **A. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.
2. Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.
3. Siswa dapat bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.

#### **B. Materi Pembelajaran**

Permainan Bolavoli

1. *Passing* bawah.
2. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

#### **C. Metode Pembelajaran**

1. Demonstrasi
2. TGFU (*Teaching Games for Understanding*)

## **D. Langkah-langkah Pembelajaran**

### **1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)**

- a. Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- b. Pemanasan secara umum.
- c. Pemanasan khusus bolavoli dalam bentuk permainan

### **2. Kegiatan Inti (60 menit) Eksplorasi**

Dalam kegiatan eksplorasi:

Penjelasan cara melakukan game permainan bolavoli dan pembagian kelompok atau tim bermain.

#### **Elaborasi**

##### **a. Game**

- 1) Bola pertama atau bola servis dilakukan dengan cara dilempar dengan menggunakan kedua tangan.
- 2) Bola hasil servis atau hasil serangan lawan diterima harus dengan *passing* bawah.
- 3) Menyeberangkan bola boleh dengan lemparan.
- 4) Untuk menyelamatkan bola boleh ditangkap.
- 5) Menyerang harus jatuh di belakang garis serang.
- 6) Maksimal 3 sentuhan tetapi, bila sentuhan kedua diganti dengan ditangkap maka wajib diseberangkan.
- 7) Apabila ingin menyeberangkan bola dengan 3 sentuhan sah diperbolehkan atau 2 sentuhan sah dan terakhir

ditangkap juga diperbolehkan.

- 8) Apabila bola dari lawan itu merupakan lemparan, maka bola harus jatuh di belakang garis serang. Namun, apabila divoli dengan aturan yang sah (*passing* bawah) maka semua lapangan digunakan (asal lewat net dan masuk lapangan).

### **Konfirmasi**

Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui siswa. Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui siswa.

### **3. Kegiatan Penutup (10 menit)**

- a. Pendinginan (*colling down*).
- b. Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari.
- c. Berbaris dan berdoa.

### **E. Alat & Sumber Pembelajaran**

#### **Alat Pembelajaran :**

- a) Bola voli
- b) Lapangan permainan bolavoli
- c) Net
- d) Cone atau marker

#### **Sumber Pembelajaran :**

Media cetak

- a) Buku PJOK untuk SMP atau MTs kelas VII, Masri”an, dkk.

## F. Penilaian dan Instrumen

### Tes Psikomotor

No	Nama Siswa	Sikap Awalan <i>Passing</i>				Sikap Perkenaan <i>Passing</i>				Sikap Lanjutan <i>Passing</i>				Jumlah	Nilai Akhir (%)
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	AA														
2	AB														
3	AC														
4	AD														
5	AL														

Kriteria Penilaian:

#### d. Sikap Awalan

- 5) Kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibengkokkan ke depan
- 6) Berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu kesetimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah,
- 7) Kedua tangan saling berpegangan,
- 8) Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.

#### e. Sikap Perkenaan

- 5) Ayunkan kedua lengan ke arah bola, sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus,
- 6) Perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan di atas dari pergelangan tangan

- 7) Perkenaan bola pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan,
- 8) Lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus

f. Sikap Lanjutan

- 5) Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan
- 6) Untuk mengambil posisi sikap kembali
- 7) Ayunan lengan untuk passing bawah ke depan tidak melebihi sudut 90o dengan bahu
- 8) Kembali ke posisi sikap permulaan.

Keterangan:

Siswa mendapat nilai 4, apabila dapat melakukan seluruh aspek yang diamati.

Siswa mendapat nilai 3, apabila dapat melakukan 3 aspek yang diamati

Siswa mendapat nilai 2, apabila dapat melakukan 2 aspek yang diamati

Siswa mendapat nilai 1, apabila dapat melakukan 1 aspek yang diamati.



### Tes Kognitif

No	Soal	Kriteria Jawaban	1	2	3	4
1	Bagaimana sikap awalan pada <i>passing</i> bawah?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Kedua lutut ditekuk</li> <li>● Badan sedikit dibengkokkan ke depan,</li> <li>● Kedua tangan saling berpegangan,</li> <li>● Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.</li> </ul>				
2	Bagaimana sikap pelaksanaan pada <i>passing</i> bawah?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ayunkan kedua lengan ke arah bola</li> <li>● Sumbu gerak pada persendianbahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus</li> <li>● Perkenaan bola pada bagianproksimal dari lengan di atas dari pergelangan tangan (sudut 45°).</li> <li>● Lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.</li> </ul>				
3.	Bagaimana sikap lanjutan pada <i>passing</i> bawah ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Setelah ayunan mengenai bola, kaki belakang melangkah kedepan</li> <li>● Untuk mengambil posisi sikap kembali</li> <li>● Ayunan lengan tidak melebihi 90° dengan bahu</li> <li>● Kembali kesikap permulaan</li> </ul>				

## Penskoran

No	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan										$\Sigma$	Nilai Akhir (%)
		Soal No. 1			Soal No. 2			Soal No. 3					
		1	2	3	1	2	3	1	2	3			
1													
2													
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20</b>													

## Keterangan:

- e. Peserta didik mendapat nilai 4, apabila kriteria jawaban muncul semua
- f. Peserta didik mendapat nilai 3, apabila kriteria jawaban muncul
- g. Peserta didik mendapat nilai 2, apabila kriteria jawaban muncul 2
- h. Peserta didik mendapat nilai 1, apabila kriteria jawaban muncul

## Tes Afektif

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															$\Sigma$	NA (%)
		Kerjasama			Kedisiplinan			Semangat			Percayadiri			Sportifitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1																		
2																		
3																		
4																		
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 15</b>																		

## Kriteria Penilaian:

- 6). Kerjasama
  - a) Peserta didik saling memberikan informasi kepada teman yang belummemahami materi pembelajaran
  - b) Peserta didik saling bekerjasama dalam kelompok
  - c) Peserta didik tidak egois dalam penguasaan bola
- 7). Kedisiplinan
  - a) Mengikuti pembelajaran dari awal hingga akhir

- b) Berpakaian seragam olahraga dengan sopan
  - c) Berbahasa dengan sopan saat berbicara kepada guru dan teman sejawat
- 8). Semangat
- a) Senang mengikuti pembelajaran
  - b) Mau memperbaiki kesalahan yang dilakukan
  - c) Mau bertanya kepada guru jika menemukan hal yang tidak dipahami
- 9). Percaya diri
- a) Tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan
  - b) Berani memberikan contoh gerakan di depan kelas
  - c) Berani mengungkapkan pendapat
- 10). Sportivitas
- a) Mau menerima kekalahan dengan lapang dada
  - b) Memberikan apresiasi kepada kelompok yang menang
  - c) Mengikuti peraturan permainan Keterangan :
    - (1) Peserta didik mendapat nilai 3, apabila dapat melakukan semua aspek yang diamati
    - (2) Peserta didik mendapat nilai 2, apabila dapat melakukan 2 aspek yang diamati
    - (3) Peserta didik mendapat nilai 1, apabila dapat melakukan 1 aspek yang diamati

Rumus Penghitungan Penilaian Psikomotor, Kognitif dan afektif

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah score yang diperoleh}}{\text{Jumlah score maksimal}} \times 100$$

Indikator keberhasilan tindakan adalah meningkatnya hasil pembelajaran pasing bawah permainan bola voli melalui pendekatan TGFU

secara individual yang didasarkan pada Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) sekolah adalah 75.

Mengetahui,  
Guru PJOK



Drs. Wiyono  
NIPY 101.05670026

Mahasiswa

M. Ali Yahya  
NPM 19230215

**Lampiran 8 Lembar Penilaian Kognitif Siswa****Nama :****Kelas :****Mapel :****ESSAY****Jawablah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan jawaban yang benar !**

1. Bagaimana sikap awalan pada passing bawah?

Jawab :

a....

b...

c...

d...

2. Bagaimana sikap pelaksanaan pada passing bawah?

Jawab :

a...

b...

c...

d...

3. Bagaimana sikap lanjutan pada passing bawah?

Jawab :

a...

b...

c...

d...

Nama : Marcelino Arya Pramono  
Kelas : 7B  
Mapel : PJok

### ESSAY

Jawablah pertanyaan – pertanyaan di bawah ini dengan jawaban yang benar !

1. Bagaimana sikap awalan pada *passing* bawah? Jawab: tangan kedepan dan jari jari merapat lalu kaki jongkok kaki setangkup ke depan lalu saat bola datang tangan persiapan untuk mengayunkan ke atas / kedepan lalu kaki dorong kedepan











2. Bagaimana sikap pelaksanaan pada *passing* bawah? Jawab: tangan kebawah lalu kedepan ketika bola datang lalu ayunkan tangan kebawah dan keatas

3. Bagaimana sikap lanjutan pada *passing* bawah? Jawab: kaki agak menekuk dan posisi kaki setangkup ke depan

## Lampiran 9 Rekapitulasi Proses Bimbingan Dosen I

## LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI





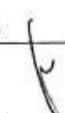





Pembimbing I : Danang Aji Setyawan, S.Pd., M.Pd.  
Dosen : I

NO	TANGGAL	KETERANGAN	PARAF
1.	10-10-2022	Bimbingan judul Skripsi	
2.	06-12-2022	Bimbingan judul Skripsi	
3.	15-06-2023	Bimbingan proposal Skripsi	
4.	04-09-2023	Bimbingan proposal Skripsi	
5.	12-02-2024	Bimbingan proposal Skripsi	
6.	02-07-2024	Bimbingan proposal Skripsi	
7.	24-07-2024	Bimbingan Skripsi	
8.	31-07-2024	Bimbingan Skripsi	
9.	06-08-2024	Bimbingan Skripsi	
10.	12-08-2024	Bimbingan Skripsi	
11.			
12.			

## Lampiran 10 Rekapitulasi Proses Bimbingan Dosen II

## LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Pembimbing II : Setiyawan, S.Pd., M.Or.  
Doseb : II

NO	TANGGAL	KETERANGAN	PARAF
1.	11-06-2023	Bimbingan Judul Skripsi	
2.	30-08-2023	Bimbingan Judul Skripsi	
3.	06-09-2023	Bimbingan Judul Skripsi	
4.	01-02-2024	Bimbingan proposal Skripsi	
5.	22-02-2024	Bimbingan proposal Skripsi	
6.	05-03-2024	Bimbingan proposal Skripsi	
7.	17-07-2024	Bimbingan proposal Skripsi	
8.	23-07-2024	Bimbingan skripsi	
9.	06-08-2024	Bimbingan Skripsi	
10.	13-08-2024	Bimbingan skripsi	
11.			
12.			



## Lampiran 11 Pre Test Kognitif

No	Nama Siswa	SOAL												Jumlah	Nilai Akhir (%)
		Soal No. 1				Soal No. 2				Soal No. 3					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	AAAS	√						√				√		7	58,33
2	ARPW			√			√					√		8	66,67
3	ASR			√				√				√		9	75
4	ASS			√				√				√		9	75
5	ACW	√					√					√		6	50
6	BKP		√					√				√		7	58,33
7	CBA			√			√					√		8	66,67
8	DVN	√							√	√				6	50
9	EJPS			√				√				√		9	75
10	EANA			√		√				√				6	50
11	IAY		√			√						√		6	50
12	IAAS		√				√			√				5	41,66
13	JSS			√				√				√		9	75
14	JJA		√				√			√				5	41,66
15	KAH	√						√				√		6	50
16	KPR			√			√					√		7	58,33
17	KDP	√					√					√		5	41,66
18	LRT		√				√			√				6	50
19	MAP		√			√						√		5	41,66
20	MAP			√				√		√				7	58,33
21	NSPA	√						√				√		6	50
22	NRDD		√				√					√		6	50
23	NNG	√					√					√		5	41,66
24	PLR		√					√		√				6	50
25	QCA				√				√			√		11	91,6
26	RZA	√					√					√		6	50
27	RAPH		√					√		√				6	50
28	RR	√						√		√				5	41,66
29	RDH			√		√						√		6	50
30	SRD		√				√			√				5	41,66
31	VYS		√				√					√		7	58,33

## Lampiran 12 Post Test Kognitif

No	Nama Siswa	SOAL												Jumlah	Nilai Akhir (%)
		Soal No. 1				Soal No. 2				Soal No. 3					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	AAAS			√				√				√		9	75
2	ARPW			√				√				√		9	75
3	ASR				√				√				√	12	100
4	ASS				√				√				√	12	100
5	ACW			√					√			√		10	83,33
6	BKP		√						√				√	10	83,33
7	CBA			√				√				√		9	75
8	DVN				√				√				√	12	100
9	EJPS			√				√					√	10	83,33
10	EANA				√			√				√		10	83,33
11	IAY			√					√			√		10	83,33
12	IAAS				√				√				√	12	100
13	JSS				√				√				√	12	100
14	JJA				√				√				√	12	100
15	KAH				√				√				√	12	100
16	KPR				√			√					√	11	91,66
17	KDP			√					√				√	11	91,66
18	LRT				√				√				√	12	100
19	MAP			√				√				√		9	75
20	MAP				√				√				√	12	100
21	NSPA				√			√					√	11	91,66
22	NRDD			√				√				√		9	75
23	NNG			√				√					√	10	83,33
24	PLR				√				√			√		11	91,66
25	QCA				√				√			√		11	91,66
26	RZA			√				√					√	10	83,33
27	RAPH				√				√			√		11	91,66
28	RR			√				√				√		9	75
29	RDH				√			√					√	11	91,66
30	SRD				√				√				√	12	100
31	VYS				√				√				√	12	100

## Lampiran 13 Pre Test Psikomotor

No	Nama Siswa	Sikap Awalan Passing				Sikap Perkenaan Passing				Sikap Lanjutan Passing				Jumlah	Nilai Akhir (%)
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	AAAS		√			√						√		6	50
2	ARPW		√				√				√			6	50
3	ASR			√				√			√			8	66,67
4	ASS		√					√			√			7	58,33
5	ACW		√			√					√			5	41,66
6	BKP		√					√		√				6	50
7	CBA		√			√						√		6	50
8	DVN		√						√	√				7	58,33
9	EJPS		√				√					√		7	58,33
10	EANA		√			√					√			5	41,66
11	IAY		√			√						√		6	50
12	IAAS			√			√			√				6	50
13	JSS				√			√					√	11	91,66
14	JJA		√					√		√				6	50
15	KAH	√					√			√				4	33,33
16	KPR		√				√				√			6	50
17	KDP		√				√				√			6	50
18	LRT	√					√				√			5	41,66
19	MAP		√			√						√		6	50
20	MAP			√		√					√			6	50
21	NSPA		√				√			√				5	41,66
22	NRDD			√		√						√		7	58,33
23	NNG		√				√				√			6	50
24	PLR	√					√				√			5	41,66
25	QCA			√				√				√		9	75
26	RZA		√				√					√		7	58,33
27	RAPH		√					√		√				6	50
28	RR		√				√				√			6	50
29	RDH	√				√						√		4	33,33
30	SRD		√				√				√			6	50
31	VYS		√				√				√			6	50

**Lampiran 14 Post Test Psikomotor**  
**Tes Psikomotor / Ketrampilan Peserta Didik**

No	Nama Siswa	Sikap Awalan <i>Passing</i>				Sikap Perkenaan <i>Passing</i>				Sikap Lanjutan <i>Passing</i>				Jumlah	Nilai Akhir (%)
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	AAAS			√				√				√		9	75
2	ARPW			√					√				√	10	83.33
3	ASR				√				√				√	12	100
4	ASS			√					√			√		10	83.33
5	ACW				√				√				√	12	100
6	BKP				√				√				√	12	100
7	CBA			√					√				√	11	91.66
8	DVN			√					√			√		10	83.33
9	EJPS			√				√				√		9	75
10	EANA			√				√				√		9	75
11	IAY				√				√				√	12	100
12	IAAS				√			√				√		10	83.33
13	JSS				√				√				√	12	100
14	JJA				√			√				√		10	83.33
15	KAH			√				√				√		9	75
16	KPR				√				√				√	12	100
17	KDP				√				√				√	12	100
18	LRT			√					√				√	11	91.66
19	MAP				√				√				√	12	91.66
20	MAP				√			√				√		10	83.33
21	NSPA				√				√				√	12	100
22	NRDD			√				√					√	10	83.33
23	NNG				√				√				√	12	100
24	PLR			√				√				√		9	75
25	QCA				√				√				√	12	100
26	RZA			√				√				√		9	75
27	RAPH				√				√			√	√	12	100
28	RR			√					√				√	11	91.66
29	RDH				√				√				√	12	100
30	SRD				√			√				√		10	83.33
31	VYS			√					√				√	11	91.66



### Lampiran 16 Post Test Afektif

No	Nama Siswa	Aspek sikap yang dinilai															Jumlah	NA		
		Kerjasama			Disiplin			Semangat			Percaya diri			Sportivitas						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1	AAAS			√			√			√					√			√	14	93,3
2	ARPW			√			√			√					√			√	14	93,3
3	ASR			√			√			√			√				√		14	93,3
4	ASS			√			√			√				√		√			14	93,3
5	ACW			√			√			√				√		√			14	93,3
6	BKP			√			√			√			√				√		14	93,3
7	CBA			√			√			√				√			√		15	100
8	DVN			√			√			√				√		√			14	93,3
9	EJPS		√				√			√				√			√		13	86,6
10	EANA			√			√			√				√		√			14	93,3
11	IAY			√			√			√				√			√		14	93,3
12	IAAS		√				√			√			√				√		14	93,3
13	JSS			√		√				√				√		√			13	86,6
14	JJA			√			√			√				√			√		15	100
15	KAH			√			√			√				√			√		15	100
16	KPR			√			√			√			√				√		14	93,3
17	KDP			√			√			√				√		√			14	93,3
18	LRT			√			√			√				√			√		15	100
19	MAP			√		√				√			√				√		13	86,6
20	MAP		√				√			√				√			√		15	100
21	NSPA			√			√			√				√		√			14	93,3
22	NRDD			√			√			√				√			√		15	100
23	NNG		√				√			√				√			√		14	93,3
24	PLR			√		√				√				√			√		14	93,3
25	QCA			√			√			√				√			√		15	100
26	RZA			√			√			√				√		√			14	93,3
27	RAPH			√		√				√				√			√		14	93,3
28	RR			√			√			√				√		√			14	93,3
29	RDH		√				√			√				√			√		14	93,3
30	SRD			√			√			√				√			√		15	100
31	VYS			√			√			√				√		√			14	93,3

### Lampiran 17. Uji Normalitas dan Uji Hipotesis

#### Uji Normalitas Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Sebelum Diberi Metode Teaching Game For Understanding (TGFU)

<i>Pre-test</i>	N	<i>P-value</i>
Kognitif- Psikomotor- Afektif	31	0,331

#### Uji Normalitas Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Sesudah Diberi Metode Teaching Game For Understanding (TGFU)

<i>Post-tets</i>	N	<i>P-value</i>
Kognitif- Psikomotor- Afektif	31	0,076

#### Uji Hipotesis *Paired Sample T-Test Pre-Test dan Post-Test* Kognitif dan Psikomotor

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest_kognitif	55.1035	31	12.66588	2.27486
	posttest_kognitif	89.5139	31	9.61489	1.72689
Pair 2	pretest_psikomotor	51.6110	31	11.26720	2.02365
	posttest_psikomotor	89.3529	31	10.13527	1.82035
Pair 3	Pretest_afektif	66.1806	31	14.45821	2.97358
	Posttest_afektif	94.3806	31	8.98463	1.38653
Pair 4	ratarata_pretest	54.0323	31	9.34696	1.67876
	ratarata_posttest	91.7742	31	12.14828	2.18190

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest_kognitif - posttest_kognitif	-34.41032	15.32372	2.75222	-40.03111	-28.78954	-12.503	30	.000
Pair 2	pretest_psikomotor - posttest_psikomotor	-37.74194	13.66617	2.45452	-42.75473	-32.72914	-15.377	30	.000
Pair 3	pretest_afektif - posttest_afektif	-35.58721	15.75632	2.94623	-41.94512	-27.84524	-11.743	30	.000
Pair 4	ratarata_pretest - ratarata_posttest	-37.74194	14.42444	2.59071	-43.03286	-32.45101	-14.568	30	.000



### Lampiran 18. Dokumentasi



Gambar 1. Peneliti memberikan arahan metode TGFU pada siswa



Gambar 2. Penerapan passing bawah bola voli



Gambar 3. Pelaksanaan permainan TGFU



Gambar 4. Pelaksanaan Tes Kognitif



Gambar 5. Penilaian Tes Psikomotor



Gambar 6. Pelaksanaan Tes Kognitif



Gambar 8. Foto Bersama