

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH  
BERTEMAN PERMAINAN BOLA VOLI PADA PROSES  
PEMBELAJARAN PENJASORKES**

# **SKRIPSI**

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



**REOLIS YUSUF TEFU  
NIM. 18320041**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA  
KUPANG  
2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Reolis Yusuf Tefu**, NIM. 18320041, dengan judul: **“Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Berteman Permainan Bola Voli Pada Proses Pembelajaran Penjasorkes”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 10, bulan Juni, tahun 2023

## MENYETUJUI

Pembimbing I

**M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd.**  
NIDN. 0808066801

Pembimbing II

**Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.**  
NIDN. 0802026601

## MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR

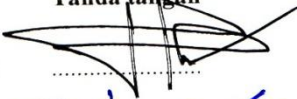





**Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.**  
0802026601

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Reolis Yusuf Tefu**, NIM. 18320041, dengan judul: **“Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Berteman Permainan Bola Voli Pada Proses Pembelajaran Penjasorkes”** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 10, bulan Juni tahun 2023 dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 15, bulan Juni, tahun 2023.

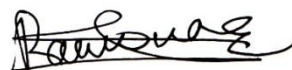
## DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Dr. Anderias J. F. Lumba, M.Pd	Penguji Utama	
Alventur Baun, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota	
Magdalena R. P. Wasak, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	 27/7-2023
Ramona Mtahias Mae, S.Pd., M.Or	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

## MENGESAHKAN



Ketua Program Studi PJKR



**Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or.**  
NIDN. 0802026601

## PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Reolis Yusuf Tefu  
NIM : 18320041  
Semester : Sepuluh (X)  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi  
Judul Skripsi : Meningkatkan hasil belajar passing bawah berteman permainan bola voli pada proses pembelajaran penjasorkes

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiasi**. Bilamana dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, Maret 2023  
takan  
  
Reolis Yusuf Tefu  
NIM. 18320041

## **MOTTO**

**BERBAHAGIALAH ORANG YANG BERTAHAN DALAM PENCOBAAN,  
SEBAB APABILA IA SUDAH TAHAN UJI, IA AKAN MENERIMA  
MAHKOTA KEHIDUPAN YANG DIJANJIKAN ALLAH KEPADA  
BARANG SIAPA YANG MENGASIHI DIA.**

**(Yakobus, 1:12)**

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan perlindungannya.
2. Kedua orang tua tercinta, Bapak Thomas Tefu dan Ibu Domina Nomtanis (Almh)
3. Saudara/saudariku, (Kakak Anton Tefu, Kakak Thio Tefu, kakak Nelci Benu, Adik Erlyn Tefu dan Adik Ayu Tefu), yang selalu memberikan dukungan, dorongan, motivasi dan selalu mendoakan serta memfasilitasi semua kebutuhan peneliti selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
4. Teman-Teman seperjuangan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi khususnya angkatan 2018 (Edwin, Lucky, Melyanto, Dessy, Ida) yang selalu memberikan dukungan, solusi dan semangat bagi peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Almamater tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Berteman Permainan Bola Voli Pada Proses Pembelajaran Penjasorkes” tepat pada waktunya.

Pada kesempatan ini, peneliti hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga skripsi ini dapat selesai. Ucapan terima kasih ini peneliti tujukan kepada :

1. Dr. Ayub Urbanus Imanuel Meko, M.Si., selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana bersama staf yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba ilmu di almamater ini.
2. Dr. Anderias J. F. Lumba, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi dan sekaligus Pembimbing II yang telah memberikan arahan disetiap tahapan pengerjaan skripsi hingga selesai.
4. M. Rambu P. Wasak, S.Pd, M.Pd., selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi kepada peneliti sejak awal sampai dengan terselesaikannya penulisan skripsi ini.
5. Agustinus J. Nafie, S.Pd., M.Or., selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan studi serta motivasi selama peneliti menjalani masa-masa pendidikan..
6. Bapak/Ibu dosen dan staf pengajar pada Program Studi PJKR UKAW yang selalu memberikan ilmu bagi peneliti dalam penulisan skripsi ini.
7. Ibu Sanci Amelia Kelin S.Pd selaku Kepala Sekolah SD GMIT Oepura, Ibu Rany Onmaley, S.Pd selaku guru PJOK, dan siswa-siswi SD GMIT Oepura.
8. Drs. Dumuliahi Djami, M.Si selaku Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Kupang.

9. George Melkianus Hadjoh, S.H selaku Wali Kota Kupang yang sudah berkenan mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di SD GMT Oepura.

Akhir kata peneliti menyadari bahwa masih terdapat berbagai keterbatasan yang mungkin tidak peneliti sadari dalam penulisan skripsi ini. Oleh sebab itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk peneliti sebagai pelajaran agar lebih baik kedepannya.

Kupang, 10 Juni 2023

Peneliti,

Reolis Yusuf Tefu  
NIM. 18320041



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA .....	ii
MOTTO .....	ii
PERSEMBAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
ABSTRAK .....	
BIODATA PENULIS .....	ii
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....	7
A. Pembelajaran Penjasorkes .....	7
1. Pengertian Penjasorkes .....	7
2. Komponen Pembelajaran Penjasorkes .....	8
B. Permainan Bola Voli .....	15
1. Sejarah Permainan Bola Voli .....	15
2. Pengertian Permainan Bola Voli .....	17
3. Teknik Dasar Permainan Bola Voli .....	18
4. Langkah-langkah Gerak Passing Bawah .....	20
5. Passing Bawah Berteman Permainan Bola Voli .....	21

C. Karakteristik Siswa .....	23
D. Kerangka Berpikir.....	26
BAB III. METODE PENELITIAN.....	27
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	27
1. Pendekatan.....	27
2. Jenis .....	27
B. Desain Penelitian .....	28
C. Variabel, Definisi Konseptual, Oprasionalisasi, dan Indikator.....	31
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
1. Tempat .....	32
2. Waktu.....	32
E. Peran Peneliti, informan Penelitian, dan Teknik Penentuan Informan .	33
1. Peran Peneliti .....	33
2. informan Penelitian.....	33
3. Teknik Penentuan Informan.....	34
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
1. Observasi .....	34
2. Kuesioner .....	35
3. Dokumentasi .....	35
G. Teknik Analisis Data.....	36
H. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	36
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	38
A. Demografi Responden Penelitian .....	38
B. Hasil Penelitian .....	39
1. Siklus 1 .....	40
2. Siklus 2 .....	47
C. Pembahasan.....	52
BAB V. PENUTUP.....	54
A. Simpulan .....	54
B. Saran .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....	57

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Kerangka Berpikir.....	26
Tabel 3.1. Model Tindakan Kelas.....	29
Tabel 3.2. Variabel, Definisi Konsep, Operasionalisasi, dan Indikator.....	32
Tabel 3.3. Waktu Penelitian.....	32
Tabel 4.1. Demografi Responden Penelitian.....	38
Tabel 4.2. Hasil Ketuntasan Belajar Siswa pada Siklus 1.....	45
Tabel 4.3. Hasil Ketuntasan Belajar Siswa pada Siklus 2.....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Lapangan Bola Voli .....	16
Gambar 2.2. Passing Bawah Berteman 2 Orang .....	22
Gambar 2.3. Passing Bawah Berteman 3 Orang .....	22
Gambar 2.4. Passing Bawah Berteman Bergerak/Berpindah.....	23
Gambar 2.5. Passing Bawah Berteman Lingkaran.....	23

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian .....	59
Lampiran 2. Surat selesai penelitian .....	60
Lampiran 3. Instrumen penelitian .....	61
Lampiran 4. Silabus .....	64
Lampiran 5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran .....	68
Lampiran 6. Bukti analisis data.....	73
Lampiran 7. Foto kegiatan penelitian.....	75

## ABSTRAK

### MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BERTEMAN PERMAINAN BOLA VOLI PADA PROSES PEMBELAJARAN PENJASORKES

Reolis Yusuf Tefu<sup>1\*</sup>, M. Rambu P. Wasak<sup>2</sup>, Ramona Mathias Mae<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. [reolisyusuftefu@gmail.com](mailto:reolisyusuftefu@gmail.com)

**Latar belakang:** Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, dan yang lainnya. Berbagai macam kegiatan olahraga yang sangat menarik dan menyenangkan yaitu olahraga permainan. Olahraga permainan yang banyak diminati, dan digemari oleh masyarakat, salah satunya adalah permainan bola voli. Seorang pemain bola voli harus menguasai teknik passing yaitu: passing atas dan passing bawah

**Tujuan penelitian:** Tujuan dari penelitian ini adalah Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah berteman pada proses pembelajaran penjasorkes di SD GMT Oepura

**Metode penelitian:**Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK), Dengan teknik pengumpulan data yang digunakan melalui observasi, kuesioner, dan dokumentasi dengan populasi 48 siswa dan sampel yang diambil 41 siswa kelas VI SD GMT Oepura

**Hasil dan pembahasan:** Pada penelitian ini didapatkan hasil siswa dengan perdistrik sangat baik 65,85% dan siswa dengan perdistrik baik 34,14%. Berdasarkan data bahwa adanya peningkatan hasil belajar pada siklus 2 yaitu dari 67,27% menjadi 87,23%. Ketuntasan hasil belajar siswa melalui hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran pertemuan terbimbing passing bawah permainan bola voli memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

**Simpulan:** Proses pembelajaran yang telah dilakukan dikelas VI SD GMT Oepura pada siklus I dan Siklus II dapat disimpulkan bahwa menggunakan metode passing bawah berteman sangat membantu proses belajar mengajar maupun tercapainya hasil pembelajaran passing bawah bola voli sesuai dengan KKM yakni 75 metode passing bawah berteman diyakini mampu membangkitkan minat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.

**Katakunci:** *hasil belajar, passing bawah, bola voli*

## ABSTRACT

### ***IMPROVING LEARNING RESULTS OF DOWNSTREAM PASSING WITH FRIENDS OF VOLLEYBALL IN THE LEARNING PROCESS OF PENJASORKES***

Reolis Yusuf Tefu<sup>1\*</sup>, M. Rambu P. Wasak<sup>2</sup>, Ramona Mathias Mae<sup>3</sup>

<sup>123</sup>*Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia*

email. [reolisusuftefu@gmail.com](mailto:reolisusuftefu@gmail.com)

**Background:** *Sports and Health Physical Education is an integral part of education as a whole, aims to develop aspects of physical fitness, movement skills, critical thinking skills, and others. Various kinds of sports activities are very interesting and fun, namely sports games. Sports games that are in great demand and favored by the community, one of which is volleyball. A volleyball player must master passing techniques, namely: top passing and bottom passing*

**Research objective:** *The purpose of this study is that this research aims to improve the learning outcomes of passing under friends in the Physical Education learning process at SD GMIT Oepura*

**Research method:** *The method used in this research is a research approach, namely classroom action research (CAR), with data collection techniques used through observation, questionnaires, and documentation with a population of 48 students and a sample taken of 41 students of class VI SD GMIT Oepura*

**Result and discussion:** *In this study, the results of students with very good ratings were 65.85% and students with good grades were 34.14%. Based on the data, there is an increase in learning outcomes in cycle 2, from 67.27% to 87.23%. Completeness of student learning outcomes through the results of this study indicate that guided meeting learning passing under volleyball games has a positive impact on improving student achievement.*

**Conclusion:** *The learning process that has been carried out in class VI SD GMIT Oepura in cycle I and Cycle II can be concluded that using the friendly passing method really helps the teaching and learning process as well as achieving the learning outcomes of volleyball underpassing in accordance with KKM, namely 75 friendly passing methods are believed to be able to arouse interest students in following the learning process.*

**Keyword:** *learning outcomes, bottom passing, volleyball*

## BIODATA PENULIS



### A. Identitas

1. Nama : Reolis Yusuf Tefu
2. Tempat/tanggal lahir : Pene, 11 April 1998
3. Alamat : Jl. Sitarda, RT. 002/ RW. 004, Lasiana, Kupang
4. Nomor *handpone* : +62 852 3728 8272
5. Alamat email : [reolisyusuftefu@gmail.com](mailto:reolisyusuftefu@gmail.com)
6. Nama Ayah : Thomas Tefu
7. Nama Ibu : Domina Nomtanis (Almh)

### B. Riwayat pendidikan

1. SD Negeri Niki-niki IV (2004-2010)
2. SMPK St. Aloysius Niki-niki (2010-2013)
3. SMAK Stella Maris Niki-niki (2013-2016)