

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BOLA VOLI  
MENGUNAKAN PERMAINAN BOLA PANTUL DI KELAS XII SMK  
SWASTA REFORMASI PLUS**

# **SKRIPSI**

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



**OLEH  
OKTOBERIUS RADA  
NIM. 20320036**

**PROGDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA  
KUPANG  
2025**

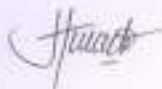
## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi penelitian atas nama Oktoberius Rada, NIM. 20320036, dengan judul: "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bola Voli Menggunakan Permainan Bola Pantul Di Kelas XII SMK Swasta Reformasi Plus" telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 01, Juli, 2025.

## MENYETUJUI

Pembimbing I

Pembimbing II



Yahya J. Palinata, S.Pd., M.Or  
NUPTK. 4463767667200002



Jofian Jeminel Leko, S., Pd., M.Fis.  
NUPTK. 7160763664130300

## MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR


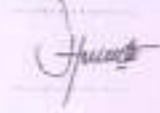




Rafsan M. Mue, S.Pd., M.Or.  
NUPTK. 4534744645130132

## BALAMAN PENGESAHAN

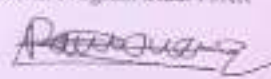
Skripsi atas nama Oktoberius Rada, NIM. 20330056, dengan Judul "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bola Voli Menggunakan Permainan Bola Pantul Di Kelas XII SMK Swasta Reformasi Plus" telah dipertanggung jawabkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 01, bulan 07, tahun 2025 dan dinyatakan "LULUS" pada tanggal 08, bulan 07, tahun 2025

## DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda Tangan
Dr. Lukas M. Boleng, M.Kes.	Penguji Utama	
Dortean A. J. Jaha, S.Si., M.A.	Penguji Anggota	
Yahya J. Palisata, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota Pembimbing I	
Julian J. Leka, S.Pd., M.Psi	Penguji Anggota Pembimbing II	

## MENGESAHKAN

  
Dekan FKIP  
Dra. Aggrey D. N. Rupidara, M.Si., Ph.D.,  
NUPTR. 7157746647230103

Ketua Program Studi PJKR  
  
Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or.,  
NUPTR. 4534744645130132

### PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama	: Oktoberius Rada
NIM	: 20320036
Semester	: Sepuluh (X)
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi	: Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pening Bola Voli Menggunakan Permainan Bola Pantul Di Kelas XII SMK Swasta Reformasi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bernilai orisinal dan bebas plagiasi. Jika mana dikemudian hari dijumpai ke tidak sesuain dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini di buat dengan sejujur-jujurnya untuk dipergunakan sebagai mana mestinya

Karang, 8 Juli 2025

Yang menyatakan:



Oktoberius Rada

NIM. 20320036

## **MOTTO**

**Janganlah khawatir tentang apapun, tetapi berdoalah untuk segala sesuatu. Sampaikanlah permohonanmu kepada Allah dalam doa dan jangan lupa bersyukur.**

**( Filipi 4:6 )**

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus dan Bunda Maria karena berkat cinta kasih Tuhan Yesus dan Bunda Maria sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar sarjana dengan baik.
2. Kedua orang tua tercinta, Bapak Mikael Kawe dan Mama Hermina Nona selalu mendukung peneliti dengan doa mereka sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Keluarga dan saudara peneliti yang telah mendukung saya dan selalu memberikan motivasi kepada peneliti agar selalu semangat dan jangan cepat menyerah.
4. Teman-teman dekat peneliti yang selama ini selalu menemani peneliti disaat peneliti membutuhkan bantuan mereka. Semoga amal baik mereka dapat di balas oleh Tuhan Yang Maha Kuasa.
5. Almamater tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa Atas Berkah dan Rahmatnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul **“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Voli Menggunakan Permainan Bola Pantul Di Kelas XII SMK Swasta Reformasi Plus”** Peneliti mengharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan yang berarti dalam bidang pendidikan dan khususnya bidang olahraga.

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

1. Prof. Dr.Ir Godlief F. Neonufa MT selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melanjutkan
2. Dra. Anggreni D. N. Rupidara, M.Si., Ph.d., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi..
4. Dr. Anderias J. F. Lumba, M.Pd., selaku Penasehat Akademik yang telah membantu memperlancar penulisan dan pembuatan skripsi ini.
5. Yahya J. Palinata, S.Pd., M.Or., selaku pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Julian Jeminel Leko, S., Pd., M.Fis selaku pembimbing 2 yang telah membantu membimbing dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
7. Seluruh staf pengajar dan segenap karyawan FKIP jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan, dan Rekreasi yang telah memberikan bantuan dan nasehat selama penulis mengikuti perkuliahan.
8. Teman-teman seperjuangan pada Fakultas keguruan Ilmu Pendidikan khususnya pada program studi PJKR-Olahraga UKAW Tahun Angkatan 2020.

Semoga Tuhan Yesus Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan berkatnya atas segala bantuan dan kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak kepada

penulis. Meskipun telah berusaha menyelesaikan skripsi penelitian ini sebaik mungkin, peneliti menyadari bahwa proposal penelitian ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.

Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi penelitian ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Kupang, April 2025  
Peneliti,

**Oktoberius Rada**  
NIM. 20320036



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	
.....	
i	
HALAMAN PERSETUJUAN .....	
.....	
ii	
HALAMAN PENGESAHAN.....	
.....	
iii	
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	
.....	
iv	
MOTTO .....	
.....	
v	
PERSEMBAHAN.....	
.....	
vi	
KATA PENGANTAR .....	
.....	
vii	
DAFTAR ISI .....	
.....	
ix	
DAFTAR TABEL .....	
.....	
xi	

DAFTAR GAMBAR .....	
.....	
xii	
DAFTAR LAMPIRAN.....	
.....	
xiii	
ABSTRAK .....	
.....	
xiv	
BIODATA PENELITI .....	
.....	
xvi	
BAB I PENDAHULUAN .....	
.....	
1	
A. Latar Belakang .....	
.....	
1	
B. Identifikasi Masalah .....	
.....	
7	
C. Batas Masalah .....	
.....	
7	
D. Rumusan Masalah .....	
.....	
7	
E. Tujuan Penelitian .....	
.....	
8	
F. Manfaat Penelitian .....	

.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	10
.....	
A. Hakikat Pembelajaran .....	10
.....	
1. Pengertian Pembelajaran Penjasorkes .....	10
.....	
2. Pendidikan Jesmani .....	11
.....	
B. Pembelajara Bolah Voli .....	12
.....	
1. Pengertian Permainan .....	12
.....	
.....	18
.....	21
C. Teknik dasar permainan bola voli .....	19
1. Passing atas bola voli .....	19
2. Passing bawah bola voli .....	20
D. Model Pembelajaran Bola Voli .....	

## 1. Permainan Bola Pantul.....

.....

23

## 2. Tinjauan Permainan Bola Pantul.....

.....

24

## BAB III METODE PENELITIAN .....

.....

25

## A. Jenis Penelitian .....

.....

25

## B. Desain Penelitian .....

.....

26

## C. Subjek Penelitian .....

.....

27

## D. Defenisi Operasional .....

.....

27

## E. Instrumen Penelitian.....

.....

29

## F. Teknik Pengumpulan Data .....

.....

31

## G. Teknik Analisis Data .....

.....

33

H. Indikator Kerja .....	
.....	
35	
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	
.....	
33	
A. Demografi Informan Penelitian.....	
.....	
33	
B. Hasil Penelitian .....	
.....	
36	
C. Pembahasan.....	
.....	
52	
BAB V. PENUTUP .....	
.....	
54	
A. Simpulan.....	
.....	
54	
B. Saran .....	
.....	
54	
DAFTAR PUSTAKA .....	
.....	
55	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel, Devinisi Operasional, Indicator, Skala Pengukuran.....	
.....	
31	
Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Passing Bola Voli.....	
.....	
37	
Tabel 4.1 Demografi Respponden Penelitian.....	
.....	
33	
Tabel 4.2 Statistik Data Hasil Pretest Tes Passing Bola Voli Pra Siklus .....	
.....	
37	
Tabel 4.3 Ketuntasan Hasil Hasil Belajar Passing Bola Voli Pra Siklus .....	
.....	
37	
Tabel 4.4 Hasil Tes Belajar Pssing Bola Voli Siklus I .....	
.....	
41	
Tabel 4.5 Statistik Data Hasil Posttest Passing Bola Voli Siklus I .....	
.....	
42	
Tabel 4.6 Presentasi Hasil Teknik Dasar Pasing Bola Voli Pada Siklus I .....	
.....	
45	

Tabel 4.7 Hasil Tes Pssing Permainan Bola Voli Siklus II.....	
.....	
48	
Tabel 4.8 Statistik Data Hasil Posttest Passing Bola Voli Siklus II.....	
.....	
49	
Tabel 4.9 Hasil Belajar Teknik Dasar Pasing Bola Voli Pada Siklus II.....	
.....	
50	
Tabel 4.10 Perbandingan Statistik Data Pretest Dan Posttest .....	
.....	
51	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Passing Atas .....	
.....	
20	
Gambar 2.2 Passing Bawah.....	
.....	
21	
Gambar 2.3 Passing Atas Menggunakan Tembok Sasaran.....	
.....	
24	
Gambar 2.4 Model Pantul Menggunakan Lantai .....	
.....	
25	
Gambar 2.5 Kerangka Berpikir .....	
.....	
27	
Gambar 2.1 Passing Atas .....	
.....	
20	
Gambar 2.2 Passing Bawah.....	
.....	
21	
Gambar 2.3 Passing Atas Menggunakan Tembok Sasaran.....	
.....	
24	
Gambar 2.4 Model Pantul Menggunakan Lantai .....	
.....	



25	Gambar 2.5 Kerangka Berpikir .....
25	Gambar 3.1 Model penelitian tindakan kelas.....
27	Gambar 4.1 Papan Nama Sekolah.....
35	Gambar 4.2 Pelaksanaan Siklus I.....
38	Gambar 4.3 Kegiatan Inti Siklus I.....
40	Gambar 4.4 Kegiatan Akhir Siklus I.....
40	Gambar 4.5 Pelaksanaan Siklus II .....
44	Gambar 4.6 Kegiatan Inti Siklus II .....
46	Gambar 4.7 Kegiatan Akhir Siklus II .....
47	

