

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH PERMAINAN
BOLA VOLI MELALUI PERMAINAN BOLA GANTUNG**

SKRIPSI

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



JORDY OBIRAGA
NIM. 18320209

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Jordy Obiraga**, NIM.18320209, dengan judul:
“**Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Melalui Permainan Bola Gantung**” telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 28 , bulan juli ,
tahun 2025

MENYETUJUI

Pembimbing I


David Loba, S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 944275263130102

Pembimbing II

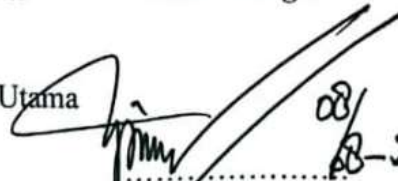

Alventur Baun, S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 9163768669130213


MENGESAHKAN
Kena Program Studi PJKR
Ramona M. Mac, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 4534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Jordy Obiraga**, NIM. 18320209, dengan judul: **“Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Melalui Permainan Bola Gantung”** telah dipertanggung jawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 19 , bulan juli , tahun 2025 dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal 28 , bulan juli , tahun 2025

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Magdalena R. P. Wasak, S.Pd., M.Pd.	Penguji Utama	 08/08-2025
Fredik Edison Nope, S.Pd., M.Or.	Penguji Anggota	
David Loba, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Alventur Baun, S.Pd., M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN


Dra. Anggreini D. N. Rudipara, M.Si., Ph.D
NUPTK. 7157746647230103

Ketua Program Studi PJKR

Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 4534744645130132

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Jordy Obiraga
NIM : 18320209
Semester : Empat Belas
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Melalui Permainan Bola Gantung

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, 27 Juli 2025
Menyatakan
Materai 9000
TERAI EMPEL
076540
Jordy Obiraga
NIM. 18320209

MOTTO

”Aku Ditolak Dengan Hebat Sampai Jatuh,Tetapi Tuhan Menolongku”

(Mazmur 118:13)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Yesus Kristus sebagai penyelenggara kehidupan yang telah memberikan kesempatan hidup bagi manusia.
2. Orang tua tercinta Bapak Yansianus Obiraga dengan Mama Magdalena Manu yang selalu mendukung dan mendoakan saya.
3. Saudara kandung Kaka Grand Obiraga, Adik Maya Obiraga dan seluruh keluarga yang turut membantu saya.
4. Keluarga tercinta Bapa Yan Obiraga, Mama Magdalena Manu, Bapa Daud Obiraga, Mama Bula, Bapa Semu, Mama Nesrin, Bapa Deny, Mama Tensi, Bapa Nuel, Mama Naomi, Oma Susana, Kaka Riand, Kaka Elen, Istri Culan, Anak Reyhard, Kaka Grand, Kaka Sarlyn, Adik Maya dan seluruh keluarga yang membantu saya.
5. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, atas bantuan dan kerjasama yang telah diberikan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Almamater tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti Panjatkan Kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas karunia-nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini hingga selesai skripsi ini merupakan salah satu persyaratan yang harus dilaksanakan peneliti guna menyelesaikan studi S1 Program Studi Pendidikan Jasmani,Kesehatan Dan Rekreasi di Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.Skripsi ini berjudul **“Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Melalui Permainan Bola Gantung”**.

Selesainya skripsi ini disadari oleh karena tuntunan Tuhan Yang Maha Esa serta peran berbagai pihak, untuk pada kesempatan ini perkenankan peneliti terima kasih yang tak berkesudahan yang telah berpartisipasi secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan skripsi ini :

1. Prof. Dr. Ir. Godlief Frederik Neonufa, MT selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.
2. Dra. Anggreini D. N. Rupidara, M.Si.,Ph.D selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Kristen Artha Wacana Kupang
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi(PJKR) Universitas Kristen Artha Wacana Kupang
4. David Loba, S.Pd., M.Pd selaku Pembimbing I yang telah membimbing penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Alventur Baun, S.Pd.,M.Pd., selaku Pembimbing II yang telah membantu memberikan arahan dalam penyelesaian Skripsi ini.
6. Bapak/Ibu Dosen dan staf administrasi Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi yang telah membantu, medidik dan membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan.
7. Bapak Johanis Rihy Wattimena, S.Pd Selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 10 Kota Kupang yang sudah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian.

8. Bapak Nyongky, S.Pd selaku guru PJOK dan Siswa/i SMP Negeri 10 Kota Kupang yang membantu saya melakukan mengambil data.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, masih banyak kekurangan dan kelemahan yang dimiliki peneliti baik itu sistematika penulisan maupun penggunaan bahasa. Untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritikan dari berbagai pihak yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata peneliti ucapkan banyak terimakasih.

Kupang, 27 Juli 2025

Peneliti,

Jordy Obiraga

NIM. 18320209

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.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
BIODATA PENULIS	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. LatarBelakangMasalah	1
B. Identifikasi Masalah	2
C. Batasan Masalah	2
D. RumusanMasalah.....	3
E. TujuanPenelitian	3
F. Manfaat Penelitian	3
BAB II.KAJIAN PUSTAKA	5
A. Bola Voli	5
1. Pengertian bola voli	5
2. Pengertian passing bawah.....	5
3. Tujuan passing bawah.....	6
4. Kelebihan passing bawah.....	6
5. Langkah-Langkah pasingg bawah	7
6. Kesalahan passing bawah	7
B. Penerapan Permainan Bola Gantung	9

1. Pengertian penerapan	9
2. Bola gantung	10
3. Tahapan permainan bola gantung	10
4. Tujuan penggunaan bola gantung	10
5. Pelaksanaan permainan bola gantung	10
C. Kerangka Berpikir.....	11
BABIII. METODE PENELITIAN.....	13
A. Pendekatan dan JenisPenelitian	13
1. Pendekatan.....	13
2. Jenis	13
B. Desain Penelitian	13
C. Variabel, Definisi Konseptual, Oprasionalisasi, dan Indikator.....	16
D. Tempat dan Waktu Penelitian	18
1. Tempat	18
2. Waktu.....	18
E. Populasi, Sampel, dan Teknik <i>Sampling</i>	19
1. Populasi	19
2. Sampel	19
3. Teknik <i>sampling</i>	20
F. Instrumen Penelitian	21
G. Teknik Analisis Data	22
H. Kriteria Keberhasilan Tindakan	23
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	25
A. Demografi Responden Penelitian	25
B. Hasil Penelitian	28
1. Siklus 1	28
2. Siklus 2	34
C. Pembahasan	39
BAB V. PENUTUP	41
A. Simpulan	41
B. Saran	42

DAFTAR PUSTAKA	61
----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Variabel, Definisi Konsep, Operasionalisasi, dan Indikator	16
Tabel 3.2. Waktu Penelitian	18
Tabel 3.4. Instrumen Penelitian	21
Tabel 3.5. Skor Rata-rata hasil belajar	23
Tabel 4.1. sumber dan kondisi fisik sekolah	25
Tabel 4.2. Demografi Responden Penelitian.....	27
Tabel 4.3. Rubrik Penilaian passing bawah siklus 1	31
Tabel 4.4. Sumber data hasil belajar passing bawah siklus 1	33
Tabel 4.5. Rubrik Penilaian passing bawah siklus 2	35
Tabel 4.6. Hasil belajar teknik dasar passing bawah pada siklus 2.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Tahapan persiapan	9
Gambar 2.2 Tahapan pelaksanaan	10
Gambar 2.3 Tahapan lanjutan	11
Gambar 2.2. Kerangka Berpikir	14
Gambar 4.2. Perbandingan ketuntasan klasikal (siklus 1 dan siklus 2)	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	62
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	63
Lampiran 3. Instrumen penelitian	66
Lampiran 4. Bukti penelitian	66
Lampiran 5. Bukti analisis data	67
Lampiran 6. Modul Pembelajaran.....	78
Lampiran 7 Foto kegiatan penelitian.....	82

ABSTRAK

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI PERMAINAN BOLA GANTUNG

Jordy Obiraga^{1*}, David Loba², Alventur Baun³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang,
Indonesia

email. dilandobiraga@gmail.com

Latar belakang: Kurangnya pemahaman siswa terhadap pembelajaran passing bawah bola voli yang baik dan benar

Tujuan penelitian: Untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Kota Kupang.

Metode penelitian: penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) karena dalam penelitian ini merupakan upaya pemecahan masalah ataupun perbaikan yang dirancang menggunakan penelitian tindakan kelas yang bersifat efektif dan kolaboratif.

Hasil dan pembahasan: Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut IGAK Wardhani (2008:1.4), penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru didalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat. Menurut Suharsimi Arikunto (2009:16) PTK terdiri atas empat tahapan dalam tiap langkah. (perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi). Langkah pertama, kedua dan seterusnya system spiral yang saling terkait perludi perhatikan oleh peneliti. Komponen tindakan dan observasi menjadi satu komponen karena kedua kegiatan ini dilakukan secara simultan.

Simpulan: Berdasarkan hasil lpenelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa Permainan bola voli teknik dasar passing bawah siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kota Kupang meningkat di lihat dari presentase mencapai 87,5% pada siklus II

Katakunci: Meningkatkan hasil passing bawah permainan bola voli.

ABSTRACT

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI PERMAINAN BOLA GANTUNG

Jordy Obiraga^{1*}, David Loba², Alventur Baun³

¹²³Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

email. . dilandobiraga@gmail.com

Background: lack of student understanding of how to learn and correct volleyball underhand passing.

Research Objective: To improve the learning outcomes of volleyball underhand passing in students VIII SMP Negeri 10 Kota Kupang.

Research method: this research is classroom action research (CAR) because in this research it is a problem-solving or improvement effort that is designed using reflective and collaborative classroom action research.

Results and discussion: The results in this study are based on what is known that the percentage of students at Private Nusra 1 Adventist Middle School Kupang Tengah who did not complete (the final test score of 75 in cycle 1 reached 58%) then this percentage increased to 100% in cycle 2. This explains that the percentage of junior high school students SMP Negeri 10 Kota Kupang is increasing after students are taught again and given the opportunity to carry out the movement repeatedly for two cycles. This can be seen from the increasing percentage of students who pass with the final grade reaching the KKM.

Conclusion: Based on the results of the research and discussion that has been described, it can be concluded that the volleyball game with the basic technique of passing under class VIII SMP Negeri 10 Kota Kupang has increased in terms of percentage reaching 87.5% in cycle II

Keywords: : Improving underhand passing learning, volleyball game

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Jordy Obiraga
2. Tempat/tanggal lahir : Kanggoa, 27 July 1998
3. Alamat : Jl. Samratulangi, RT. 005/ RW. 002, Kelapa Lima, Kupang
4. Nomor *handpone* : +62 82266441349
5. Alamat email : dilandobiraga@gmail.com
6. Nama Ayah : Yansianus Obiraga
7. Nama Ibu : Magdalena Manu

B. Riwayat pendidikan

1. SDN Matawai Katabba (2005-2010)
2. SMP Negeri 1 Pahunga Lodu (2010-2014)
3. SMA Negeri 1 Pandawai (2014-2017)
4. Perguruan Tinggi UKAW (2018-2025)