

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH
BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI ALAT PADA SISWA KELAS
VIII DI SMPS SWADAYA TARUS**

SKRIPSI

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



ADRIANUS F RATU
NIM: 22320141

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Pkripsi atas nama **Adrianus F Ratu**, NIM. 22320141, dengan judul: “**Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas VIII di SMPS Swadaya Tarus**” telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal 16, bulan Juli, tahun 2026

MENYETUJUI

Pembimbing I

Pembimbing II

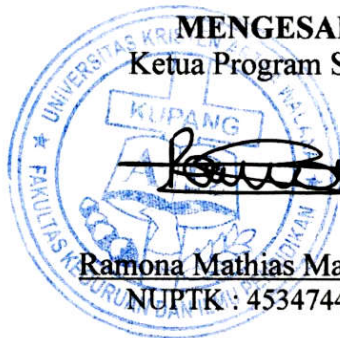


Dr. James Klemen Lika, M.Pd
NUPTK: 6460754655130082



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

MENGESAHKAN
Ketua Program Studi PJKR

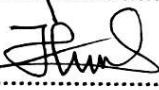


Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or
NUPTK : 4534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Adrianus F Ratu** nim : 22320141, dengan judul: **Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas VIII Di SMPS Swadaya Tarus** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal 16, bulan Juli, tahun 2026, dan dinyatakan **LULUS** pada tanggal 30, bulan Juli, tahun 2026

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Yahya Jescon Palinata, S.Pd., M.Or	Penguji Utama	
Dortean Amelia Jois Jaha, S.Si., M.A	Penguji Anggota	
Dr. James Klemen Lika, M.Pd	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
Alventur Baun, S.Pd., M.Pd	Penguji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN

Dekan FKIP



Dra. Anggreini Dian Naomi Rupidara, M.Si., Ph.D
NUPTK : 7157746647230103

Ketua Program Studi PJKR



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

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adrianus F Ratu
NIM : 22320141
Semester : Delapan (VIII)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Ketereampilan Passing Bawah Bola
Voli Melalui Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas VIII Di
SMPS Swadaya Tarus

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, 30 Juli 2026

Yang menyatakan



Adrianus F Ratu

Nim: 22320141

MOTO

**”Serahkanlah perbuatanmu kepada TUHAN,
maka terlaksanalah segala rencanamu.”**

(Amsal 16:3)

PERSEMBAHAN

Dengan segala hormat serta penuh kerendahan hati skripsi ini penulis 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 Stefanus Mbusu dan Mama Reineldis Rere yang telah berjerih payah dengan penuh pengorbanan, kesabaran, perjuangan secara rohani, jasmani dan materi sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan baik.
3. Kakak Margareta Natalia Nggoli yang telah mendukung, serta pengorbanan yang telah membiayai pendidikan saya sehingga akhirnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini
4. Kakak dan adik saya, Oni, Ersin, Yustin, Eman dan adik Mirna, yang senantiasa mendoakan, mendukung memberikan semangat canda tawa kepada saya sehingga dapat menyelesaikan studi ini dengan baik.
5. Almamater Tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa Atas Berkat dan Rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul **“Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas VIII di SMPS Swadaya Tarus”** Penulis mengharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan yang berarti dalam bidang pendidikan dan khususnya bidang olahraga.

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

1. Prof. Dr.Ir. Godlife Frederik Neonufa, MT. Selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana Kupang yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga penyelesaian skripsi.
2. Dra. Anggreini Dian Naomi Rupidara, M.Si.,Ph.D. Selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan universitas kriter artha wacana kupang, beserta wakil dekan I dan wakil dekan II, yang telah membantu penulis dalam urusan-urusan akademik.
3. Ramona Mathias Mae S.Pd., M.Or. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi yang telah mendukung proses penyelesaian proposal ini
4. Dr. James Klemen Lika, M.Pd. Selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing penulis mrnyelesaikan proposal ini.
5. Alventur Baun, S.Pd.,M.Pd. Selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk membimbing penulis mrnyelesaikan proposal ini.
6. Julian J. Leko, S,Pd., M.Fis ALFO Selaku Penasehat Akademik yang telah meluangkan waktu untuk mengarahkah penulis selama menjalani perkuliahan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
7. Dosen- dosen dan staf FKIP PJKR yang selalu senantiasa membimbing, mendidik dan selalu memberi motivasi demi kebaikan dan masa depan peneliti.

8. SMPS Swadaya Tarus yang telah memberi izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut sehingga proses penyusunan akhir skripsi ini dapat berjalan dengan baik.
9. Guru PJOK dan siswa/siswi yang sudah membantu dalam proses penelitian.
10. Teman-teman seperjuangan pada Fakultas keguruan Ilmu Pendidikan khususnya pada program studi PJKR-Olahraga UKAW Tahun Angkatan 2022.
11. Saudara Yohan Tawa, Kevin Suilima, Iky Nanggo, Andika Dadiek, Orlanda Nahak, dan teman teman kelas D angkatan 2022 yang selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini

Semoga Tuhan Yesus Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan berkatnya atas segala bantuan dan kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak kepada penulis. peneliti menyadari bahwa skripsi 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 14 juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
MOTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Keterampilan passing bawah bola voli	7
1. Pengertian passing bawah bola voli	7
2. Tujuan passing bawah bola voli.....	10
3. Kelebihan dan kekurangan passing bawah bola voli	12
4. Kesalahan dalam passing bawah bola voli	15
B. Metode <i>modifikasi alat</i>	16
1. Pengertian metode <i>modifikasi alat</i>	16
2. Tujuan penggunaan metode <i>modifikasi alat</i>	17
3. Kelebihan dan kekurangan metode <i>modifikasi alat</i>	19
4. Model <i>modifikasi alat</i>	21
5. Pentingnya metode <i>modifikasi alat</i>	22
C. Kerangka Berpikir.....	24

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	26
1. Pendekatan	26
2. Jenis	26
B. Desain Penelitian	26
C. Variabel, Definisi Konseptual, Operasionalisasi, dan Indikator.....	28
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
1. Tempat	30
2. Waktu.....	30
E. Subjek penelitian.....	30
F. Instrumen Penelitian	30
G. Teknik Pengumpulan Data.....	35
H. Teknik Analisis Data.....	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Demografi responden penelitian	37
B. Hasil penelitian	40
C. Pembahasan hasil penelitian	65

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	70

DAFTAR PUSTAKA	72
----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Bentuk modifikasi alat	17
Tabel 3.1 Variabel, definisi konsep, operasionalisasi, dan indikator	29
Tabel 3.2 instrumen penilaian	31
Tabel 3.3 Rubrik penilaian passing bawah	32
Tabel 3. 4 Interval kategori passing bawah	36
Tabel 4.1 Demografi responden penelitian	39
Tabel 4.2 Data nilai siklus I keterampilan passing bawah	47
Tabel 4.3 Hasil belajar siswa siklus I.....	48
Tabel 4.4 Diagram hasil belajar passing bawah siswa siklus I.....	49
Tabel 4.5 Data nilai siklus II keterampilan passing bawah.....	59
Tabel 4.6 Hasil belajar siswa siklus II	60
Tabel 4.7 Diagram hasil belajar passing bawah siswa siklus II	62
Tabel 4.8 Perbandingan hasil siklus I dan siklus II.....	64
Tabel 4.9 Presentase peningkatan	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bola voli standar dan plastik	22
Gambar 2.2 Kerangka berpikir	25
Gambar 3.2 Desain penelitian	28
Gambar 4.1 Lokasi sekolah penelitian	39
Gambar 4.2 Berdoa sebelum pembelajaran di mulai.....	43
Gambar 4.3 Siswa melakukan pemanasan	43
Gambar 4.4 Peneliti menjelaskan materi passing bawah	45
Gambar 4.5 siswa melakukan passing bawah	46
Gambar 4.6 Berdoa sebelum melaksanakan kegiatan	55
Gambar 4.7 Siswa melakukan pemanasan	55
Gambar 4.8 Peneliti menjelaskan sekalian passing bawah	57
Gambar 4.9 Peneliti mendemonstrasikan passing bawah.....	57
Gambar 4.10 Siswa melakukan passing bawah dalam bentuk kelompok	58
Gambar 4.11 Peneliti melakukan tes akhir passing bawah	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat izin penelitian	74
Lampiran 2 Surat selesai penelitian	75
Lampiran 3 Rencana pelaksanaan pembelajaran	76
Lampiran 4 Instrumen penelitian siklus I	80
Lampiran 5 Instrumen penelitian siklus II	81
Lampiran 6 Hasil penelitian siklus I	82
Lampiran 7 Hasil penelitian siklus II	83
Lampiran 8 Dokumentasi kegiatan penelitian siklus I	84
Lampiran 9 Dokumentasi kegiatan penelitian siklus II	86