

**MODEL PENGEMBANGAN LATIHAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI
BERBASIS NET PADA ATLET CLUB SATRIAMUDA**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh Gelar Sarjana
Pada Program Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi



Disusun Oleh :

**TIARA HARDIANTI
41182191180247**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN
REKREASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Model Pengembangan Latihan *Passing* Bawah Bola Voli Berbasis Net Pada Atlet Club Satria Muda ”. Telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Pembimbing Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi.

Bekasi, 19 Agustus 2022

Pembimbing



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or.

Mengetahui,

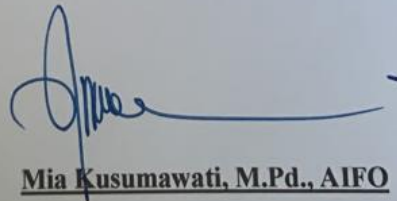
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan
Universitas Islam “45” Bekasi



Yudi Budianti, M.Pd

Disahkan Oleh

Ketua Program Studi Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI

**MODEL PENGEMBANGAN LATIHAN PASSING BAWAH BOLA VOLI
BERBASIS NET PADA ATLET CLUB SATRIA MUDA**

Dipersiapkan dan ditulis oleh :

Tiara Hardianti

41182191180247

Telah dipertahankan di depan Dewa Penguji

Pada Tanggal 19 Agustus 2022

dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua	: Yudi Budianti, M.Pd	(.....)
Sekretaris	: Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO	(.....)
Anggota	: Dr. Bujang., Drs., M.Si	(.....)
Anggota	: Dr. Khurotul Aini, M.Pd	(.....)
Anggota	: Aisyah Kemala, M.Pd	(.....)

Bekasi, 19 Agustus 2022

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam "45" Bekasi



Yudi Budianti, M.Pd

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : **TIARA HARDIANTI**
NPM : 41182191180247
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Judul Skripsi : Model Pengembangan Latihan Passing Bawah BolaVoli
Berbasis Net Pada Atlet Club Satria Muda

Dengan Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya tidak terdapat pada karya yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggidan juga tidak terdapat pada karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan referensi dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bekasi, 19 agustus 2021

Yang membuat pernyataan,


TIARA HARDIANTI

ABSTRAK

Tiara Hardianti, 41182191180247. Skripsi berjudul “Model Pengembangan Latihan Passing Bawah Bola Voli Berbasis *Net* Pada Atlet Club Satria Muda”. Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

Penelitian ini di latar belakang oleh permasalahan yang penulis temukan model latihan *passing* bawah pada atlet club satria muda berbasis *net* yang masih sedikit kurang dalam melakukan model latihan yang kurang efektif agar menambah model latihan *passing* bawah yang baru. Adapun tujuan penelitian ini adalah bagaimana cara pengembangan model latihan *passing* bawah bola voli berbasis net pada atlet club satria muda. Metode yang digunakan adalah *Research and Development*. Menurut Sugiyono Penelitian ini menggunakan 10 langkah penelitian tetapi karena pandemi Covid-19 penelitian ini hanya dapat menggunakan 5 langkah penelitian. Berdasarkan hasil dari uji validasi, penelitian menggunakan 7 atlet berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian ahli pelatih bola voli 92,5% kategori (layak), ahli materi bola voli 97,5% kategori baik/layak, dan ahli motorik 92,5% kategori (layak.) Hasil seluruh metode latihan *passing* bawah dengan total nilai 113 dari nilai maksimal sebesar 120 sehingga nilai presentase kelayakan 94,16% kategori (layak). Setelah mengetahui hasil rata-rata penilaian dari para ahli pelatih bola voli, ahli materi bola voli dan ahli motorik model latihan *passing* bawah bola voli berbasis net pada atlet club satria muda ini mendapatkan hasil 94,16% dimana skor tersebut kategori baik/layak untuk diterapkan kepada pemain/atlet. Maka model latihan *passing* bawah bola voli berbasis *net* pada alet club satria muda dapat dilanjutkan ketahap berikutnya

Kata kunci : *Pengembangan, Latihan Passing bawah Berbasis Net , Bola Voli*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran ALLAH SWT atas berkat, rahmat, taufik dan hidayah-Nya, penyusunan skripsi yang berjudul “ Model Pengembangan Latihan Passing Bawah Bola Voli Berbasis *Net* Pada Atlet Club Satria Muda ” dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan skripsi ini banyak mengalami kendala, namun berkat bantuan, bimbingan, Kerjasama dari berbagai pihak dan berkah dari ALLAH SWT sehingga kendala-kendala yang dihadapi tersebut dapat diatasi. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada ibu **Dr. Apta Mlysidayu, M.Or** selaku pembimbing, dengan sabar, tekun, tulus dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran memberikan bimbingan motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi. Selanjutnya ucapan terima kasih penulis sampaikan pula kepada :

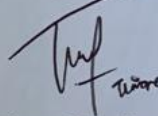
1. Bapak Dr. Hermanto., Drs., M.M., M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Yudi Budiarti, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Bapak Tatang Iskandar, M.Pd selaku Wakil Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

4. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas "45" Bekasi.
5. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO selaku pembimbing akademik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua saya Bapak Suharno dan Ibu Sumiyati yang sangat banyak memberikan bantuan moril, materil, arahan dan selalu mendoakan keberhasilan dan keselamatan selama menempuh pendidikan.
8. Reggy Agastia Wardana, S.T yang selalu setia menemani, membantu, memberikan semangat dan nasihat. Terimakasih banyak atas segala bentuk perhatian dan kasih sayangnya.
9. Kepada sahabat-sahabat saya yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu namun tidak mengurangi rasa bangga saya. Saya ucapkan terimakasih banyak kalian sudah sangat membantu, memberikan semangat dan selalu memberikan motivasi untuk selalu berusaha dan tidak mudah menyerah. Tanpa kalian mungkin saya tidak akan sampai dititik ini sekarang.
10. Terimakasih kepada rekan-rekan mahasiswa FKIP Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) khususnya Angkatan 2018 kelas sisaan yang telah memberi inspirasi dalam motivasi penulisan dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.

11. Terimakasih banyak saya ucapkan kepada Keluarga besar saya yang selalu mendukung saya dalam semua prosesnya.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.

Akhirnya, dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Bekasi, 19 Agustus 2022



Tiara Hardianti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Spesifikasi Produk	6
BAB II	7
TINJAUAN TEORITIS.....	7
A. Hakikat Permainan Bola Voli.....	7
B. Hakikat Latihan	23
C. Hakikat Netting	24
D. Hakikat Karakteristik Anak Smp.....	25
E. Kajian Penelitian Relevan	26
F. Kerangka Berpikir	27
BAB III.....	29
METODE PENELITIAN	29
A. Model Pengembangan	29
B. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	29
C. Design Penelitian.....	30
D. Definisi Operasional Penelitian	31
E. Prosedur Pengembangan.....	32
F. Validasi Produk	40
G. Instrumen Penelitian.....	41
H. Teknik Analisis Data	44
BAB IV.....	46
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Produk Pengembangan	46
B. Pembahasan	73
BAB V	83
KESIMPULAN DAN SARAN	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	84
LAMPIRAN.....	87
RIWAYAT HIDUP.....	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan Bola voli	9
Gambar 2.2 Bola voli	10
Gambar 2.3 Net Bola voli	11
Gambar 2.4. Rod antena	12
Gambar 2.5 servis bawah	15
Gambar 2.6 service atas	15
Gambar 2.7 servis melompat.....	16
Gambar 2.8 passing bawah	17
Gambar 2.9 passing atas	17
Gambar 2.10 Pukulan smash/spaike	18
Gambar 2.11 Teknik dasar <i>blocking</i>	18
Gambar 2.12 Teknik Passing Bawah /Latihan Gerak Meluruskan Tungkai	19
Gambar 2.13 Menambah Kepekaan Mengedalikan Bola	19
Gambar 2.14 Melakukan Passing Bawah.....	20
Gambar 2.15 Passing Bawah Dengan Perubahan Arah	20
Gambar 2.16 Menyempurkan Teknik Passing Bawah Satu Tangan	21
Gambar 2.17 Passing Bawah Beranting	21
Gambar 2.17 Latihan Passing Bawah dari Bola Pukulan Teman Latihan .	22
Gambar 2.18 Passing Bawah dari Bola Pukulan Teman dan dari Pantulan Teman.....	22
Gambar 2.19 Latihan Passing Bawah dari Sikap Duduk dan Lemparan Teman	23
Gambar 2.20 Latihan Passing Bawah untuk Menerima Servis dari Teman Latihan.....	23
Gambar 3.1 Langkah-langkah penelitian	31
Gambar 3.2 Desain penelitian	32
Gambar 3.3 Passing Bawah Meluruskan Tungkai Run Backwards.....	33