

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*  
BOLAVOLI MELALUI METODE BERMAIN PADA SISWA  
KELAS VIII A SMP SULTHAN KAB. BOGOR**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh  
Gelar Strata Satu Pendidikan Program Studi Pendidikan  
Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi



Oleh

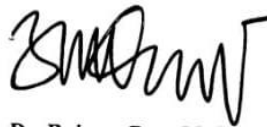
**Muhamad Ilham Alwahdi  
41182191180004**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI  
2022**

### LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “ Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VIII A Smp Sulthan Kab. Bogor”, telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Pembimbing Skripsi Pogram Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi.

Pembimbing



Dr. Bujang, Drs., M. Si

Mengetahui

Dekan FKIP UNISMA Bekasi



Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd.

Disahkan Oleh

Ketua Program Studi Penjaskesrek



Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO.

## LEMBAR PENGESAHAN DAN PENGUJI

Skripsi

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VIII A Smp Sulthan Kab. Bogor

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

**Muhamad ilham alwahdi**

41182191180004

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 26 Januari 2023

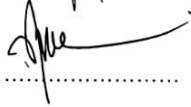
dan dinyatakan memenuhi syarat

### Susunan Dewan Penguji

Ketua : Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd



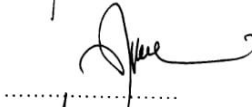
Sekretaris : Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO



Penguji I : Dr. Aridhotul Haqiyah, M. Pd., AIFO



Penguji II : Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO



Penguji III : Azi Faiz Ridlo, M. Pd



## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : MUHAMAD ILHAM ALWAHDI

NPM : 41182191180004

Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya skripsi yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VIII A SMP Sulthan Kab. Bogor” ini benar-benar karya saya sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya milik orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non-material, ataupun segala kemungkinan lain yang pada hakekatnya bukan merupakan karya saya secara orisinal dan otentik. Bila kemudian hari diduga kuat ada ketidaksesuaian antara fakta dengan kenyataan ini, saya bersedia diproses oleh Tim Fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi, dengan sanksi terberat berupa pembatalan kelulusan/kesarjanaan.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bekasi, 26 Januari 2023

Yang Membuat Pernyataan

Muhamad Ilham Alwahdi

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

Motto :

“kebahagiaan bukan seberapa banyak kita mempunyai harta, namun seberapa banyak kita mampu mengucapkan syukur.”

*-ENJOY, CALM & SMART-*

*Skripsi Ini Ku Persembahkan Untuk :*

*Kedua Orang Tua, keluarga dan pembimbing yang selalu mendukung serta nasehatnya yang menjadi jembatan perjalanan hidupku, dan teman sehatiku.*

## **ABSTRAKSI**

**MUHAMAD ILHAM ALWAHDI, 41182191180004** : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VIII A SMP Sulthan Kab. Bogor. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Islam “45” Bekasi.

Pada penelitian ini diketahui bahwa ketuntasan hasil belajar telah dicapai oleh siswa pada sekali pengulangan materi pembelajaran. Kemampuan gerakan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas VIII A SMP Sulthan Kab. Bogor dapat dikatakan meningkat dengan rata-rata keterampilan siswa pada saat siklus I dengan kategori kompeten dengan rata-rata nilai yang dicapai siswa 70,16, dengan nilai ketuntasan klasikal yang dicapai hanya sebesar 22.50% dari total siswa, sedangkan pada siklus II rata-rata nilai yang dicapai siswa 82,07, dengan nilai ketuntasan klasikal yang dicapai sebesar 82.75% dari total siswa sudah mendapatkan nilai di atas 80, sehingga siswa telah dinyatakan lulus.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan metode bermain maka keterampilan gerakan *passing* bawah bolavoli siswa dapat ditingkatkan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan contoh bagi penerapan metode bermain untuk materi yang lain. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dipahami bahwa metode bermain terbukti dapat digunakan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* bawah bolavoli siswa menjadi lebih baik dari sebelumnya. Sehingga metode ini dapat juga digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi pembelajaran yang lain.

***Kata kunci: passing bawah, hasil belajar, metode bermain.***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat, rahmat, taufik dan hidayah-Nya. Penyusun skripsi yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VIII A Smp Sulthan Kab. Bogor” 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 Bapak **Dr. Bujang, Drs., M.Si**, 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., MM., M.Pd., selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan FKIP Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP Unisma Bekasi.
4. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Penjaskesrek FKIP UNISMA Bekasi yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Bapak Najibur Rahman, S.Sos.I., M.Pd., selaku kepala sekolah SMP SULTHAN kec. Tajur Halang Kab. Bogor
6. Bapak Loman Yanuar Sidik, S.Pd., selaku wakil kepala sekolah bidang kurikulum SMP SULTHAN kec. Tajur Halang Kab. Bogor

7. Ibunda dan Ayahanda yang sangat banyak memberikan bantuan moril, material, arahan, dan selalu mendoakan keberhasilan dan keselamatan selama menempuh pendidikan.
8. Teman sekaligus senior-senior Universitas Islam “45” Bekasi yang telah banyak membantu dan memberikan saran untuk penulisan skripsi ini.
9. Teman-teman dekat saya, Habibi Pratawinata, Dandi Indarta, Satria Agil Munawar, Arohman Hade, Widya Sharfina N.F, dan seluruh Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek yang telah banyak memberikan masukan kepada penulis baik selama dalam mengikuti perkuliahan maupun dalam penelitian skripsi ini.
10. Pasangan saya Marwah Lupita yang telah banyak membantu, mensupport dan mendoakan saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada anak-anak smp sulthan kelas VIII A yang telah membantu dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
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-kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Penulis

Muhamad Ilham Alwahdi



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan dan Batasan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Definisi Operasional .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>8</b>
A. Kerangka Teori .....	8
1. Pendidikan Jasmani .....	8
2. Belajar Dan Pembelajaran .....	10
3. Permainan Bola Voli .....	16
4. Hakikat Passing Bawah .....	22
5. Hakikat Metode Bermain.....	30
6. Hasil Belajar .....	33
B. Penelitian Yang Relevan .....	41
C. Kerangka Berfikir .....	42

<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>48</b>
A. Metode Penelitian .....	48
B. Subyek penelitia.....	50
C. Tempat dan waktu penelitian.....	50
D. Desain dan instrument penelitian.....	50
E. Prosedur Analisis Data.....	58
F. Teknik Pengumpulan Data .....	59
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>60</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	60
B. Hasil Penelitian .....	62
C. Pembahasan .....	79
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>81</b>
A. Simpulan .....	81
B. Saran .....	81

**Daftar Pustraka**

**Lampiran**