

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR  
PASSING BAWAH BOLA VOLI UNTUK ATLET PEMULA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi syarat dalam Mengerjakan SKRIPSI pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi



Oleh :

Moehammad Iqbal Syamsudin Aziz

41182191160111

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
KESEHATAN DAN REKREASI**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI**

**2022**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul "PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK-DASAR *PASSING* BAWAH BOLA VOLI UNTUK ATLET PEMULA" Telah disetujui dan disahkan oleh dewan pembimbing Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi.

Pembimbing



Hasan Basri, M.Pd

Disahkan Oleh,

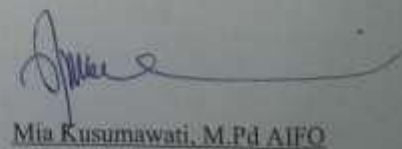
Mengetahui

Dekan FKIP UNISMA Bekasi

Ketua Jurusan Penjaskesrek



Dr. Amin S. Pd, M. Pd



Mia Kusumawati, M. Pd AIFO

## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

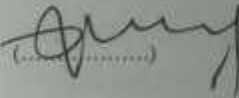
Skripsi dengan PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR *PASSING* BAWAH BOLA VOLI UNTUK ATLET PEMULA. Ini telah diuji di depan dewan penguji dan dinyatakan memenuhi isyarat untuk Menyusun skripsi pada Pro-gram Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Univeritas Islam 45 Bekasi.

Hari : Kamis

Tanggal : 24 Februari 2022

Peneliti penguji terdiri dari :

1. Ketua Dr. Amin S.Pd , M.Pd

(.....)  


2. Sekretaris Mia Kusumawati, S.Pd, M.Pd

(.....)  


3. Penguji

Penguji I : Mia Kusumawati, M.Pd

Penguji II : Azi Fauzi Ridlo, M.Pd

Penguji III : Dr. Aridhotul Haqiyah M.Pd

(.....)  
  
(.....)  
  
(.....)  


## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mochammad Iqbal Syamsodin Aziz

NPM : 41182191160111

Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul "PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR *PASSING* BAWAH BOLA VOLI UNTUK ATLET PEMULA", dan beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap keaslian karya saya ini.

Bekasi, 18 Januari 2022

  
M. IQBAL S.A

NPM : 41182191160111

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Allah lah hendaknya kamu berharap.

**(Q.S. Al- Insyirah: 6-8)**

Keberhasilan adalah kemampuan untuk melewati dan mengatasi dari satu kegagalan ke kegagalan berikutnya tanpa kehilangan semangat.

**(Winston Churchill)**

*Cara terbaik untuk memulai adalah dengan berhenti berbicara dan mulai melakukan*

**(Moehammad Iqbal Syamsudin Aziz)**

### **Persembahan**

*Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua Orang Tua saya Bapak M.noer badruzzaman dan Ibu dewi hanjar saryani dan juga adik saya nabila syfaa nurul syifa ,m.rafi ramadhan , dan tak lupa sahabat-sahabat perjuangan saya squad kelas E angkatan 2016 Terutama M. rizki firdaus*

## **ABSTRAK**

**Moehammad Iqbal Syamsudin Aziz. 41182191160111. “Pengembangan Model**

**Latihan Teknik Dasar *Passing* bawah Bola voli Untuk Atlet pemula”.**

.Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *Passing* bawah untuk para atlet bolavoli pemula yang belum mengetahui banyak tentang latihan *Passing* bawah agar dapat dikembangkan dan memberikan kemudahan da-lam menyampaikan materi kepada atlet bolavoli pemula khususnya di kalangan ekstrakurikuler.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Research and Developmente*. Menurut Sugiono penelitian ini menggunakan 10 langkah penelitian, Namun karena status pandemi *Covid-19* di Indonesia, maka penelitian ini hanya dapat menggunakan 5 langkah penelitian *Research and Developmente* yang di validasi oleh 3 ahli.

Hasil dari penelitian Model latihan *Passing* bawah untuk pemain bolavoli pemula memiliki skor 91 dari Ahli kepelatihan Bolavoli skor 100 dari Ahli Analisis Motorik, dan skor 93,3 dari Ahli Kepelatihan Bolavoli.

**Kata Kunci :** *Bolavoli, Pengembangan Model Latihan ,Passing Bawah*

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirohim

Puji syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa atas segala rahmat yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Untuk Atlet Pemula ”

Penyusun laporan skripsi penelitian ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan pada Universitas Islam “45” Bekasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Penyusunannya dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr.Hermanto,M.PD, selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi, yang telah menerima penulis menjadi mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Yudi Budianti , S.Pd, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas “45” Bekasi,
4. Hasan Basri , M.Pd Selaku Dosen Pembimbing

5. Kedua orang tua yang selalu memberikan support dalam bentuk apapun selama menjalankan perkuliahan.
6. Dan teman-teman Penjaskesrek angkatan 2016 yang selalu memberikan support dan terutama Squad kelas E yang selalu memberikan motifasi kepada saya.

Kami menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan dan kesalahan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Bekasi, 18 Januari 2022

Moehammad Iqbal S.A



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Peneliti .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Spesifikasi Produk .....	5
BAB II TINJAUAN TEORITIS .....	9
A. Hakikat Konsep Pengembangan .....	9
B. Hakikat Latihan .....	18
C. Hakikat Permainan Bola Voli.....	20
D. Karakteristik Pemula .....	41
E. Penelitian yang Relevan .....	42
F. Kerangka Berpikir .....	42
BAB III PROSEDUR PENELITIAN.....	44
A. Metode Penelitian.....	44
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	44
C. Desain penelitian .....	45
D. Definisi Operasional.....	46
E. Prosedur Pengembangan .....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Produk Pengembangan .....	56

1.	<b>Analisis Kebutuhan.....</b>	<b>56</b>
2.	<b>Deskripsi <i>Draft</i> Produk Awal .....</b>	<b>57</b>
3.	<b>Deskripsi Data Validasi Ahli.....</b>	<b>65</b>
	<b>B. PEMBAHASAN .....</b>	<b>104</b>
1.	<b>Hasil Revisi Rancangan Produk Awal .....</b>	<b>104</b>
2.	<b>Hasil Penilaian Rata-Rata Pelatih Bola Voli, Ahli Motorik.....</b>	<b>111</b>
3.	<b>Kajian Produk Akhir .....</b>	<b>112</b>
	<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>113</b>
A.	<b>KESIMPULAN .....</b>	<b>113</b>
B.	<b>IMPLIKASI HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>113</b>
C.	<b>KETERBATASAN PENELITIAN .....</b>	<b>114</b>
D.	<b>SARAN .....</b>	<b>114</b>
	<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>115</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>118</b>
	<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>136</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Langkah-langkah penggunaan <i>Metode Research and Development</i> .....	12
Gambar 2. 2 Langkah-langkah penelitian dan pengembangan.....	15
Gambar 2. 3 Tahapan R&D Borg & Gall.....	17
Gambar 2. 4 Lapangan Bola voli.....	23
Gambar 2. 5 Bola voli .....	23
Gambar 2. 6 Sepatu bola voli.....	25
Gambar 2. 7 Service.....	27
Gambar 2. 8 Pasingg Bawah.....	28
Gambar 2. 9 Pasingg Atas.....	29
Gambar 2. 10 Smash/Spike .....	30
Gambar 2. 11 Block .....	31
Gambar 2. 12 Pukulan passing bawah.....	38
Gambar 2. 13 Sikap persiapan pukulan passing bawah .....	39
Gambar 2. 14 Sikap saat perkenaan pukulan passing bawah .....	40
Gambar 2. 15 Gerak lanjutan pukulan passing bawah.....	41
Gambar 3. 1 Langkah-Langkah Pengembangan.....	46
Gambar 3. 2 2 Prosedur Penelitian Pengembangan .....	49

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 4.1 Hasil Analisis Kebutuhan .....</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 4.2 VARIASI LATIHAN PASSING BAWAH BOLA VOLI .....</b>	<b>66</b>
<b>Tabel 4.3 Hasil Penilaian “Pengembangan Model Latihan Passing bawah ” Validasi Keplatihan bolavoli .....</b>	<b>72</b>
<b>Tabel 4.4 VARIASI LATIHAN PASSING BAWAH BOLA VOLI .....</b>	<b>74</b>
<b>Tabel 4. 5. Hasil Penilaian “Pengembangan Model Latihan <i>Passing bawah</i>” Validasi Keplatihan bola voli .....</b>	<b>80</b>
<b>Tabel 4. 6 VARIASI LATIHAN PASSING BAWAH BOLA VOLI .....</b>	<b>83</b>
<b>Tabel 4. 7 Hasil Penilaian “Pengembangan Model Latihan <i>passing bawah</i>” Validasi Ahli motorik. ....</b>	<b>90</b>
<b>Tabel 4. 8 VARIASI LATIHAN PASSING BAWAH BOLA VOLI .....</b>	<b>92</b>
<b>Tabel 4. 9 VARIASI LATIHAN PASSING BAWAH BOLA VOLI .....</b>	<b>98</b>
<b>Tabel 4. 10 Katagori Kelayakan Dalam Skala Presentase. ....</b>	<b>112</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>lampiran 1 SK Bimbingan .....</b>	<b>118</b>
<b>lampiran 2 Lembar Frekuensi Bimbingan .....</b>	<b>119</b>
<b>Lampiran 3Sertifikat Pelatih Futsal .....</b>	<b>120</b>
<b>Lampiran 4 Foto Bersama Pelatih Bola Voli .....</b>	<b>121</b>
<b>Lampiran 5 Surat Keterangan Validasi Pelatih Voli .....</b>	<b>122</b>
<b>Lampiran 6 Lembar Validasi Ahli Pelatih Bola Voli .....</b>	<b>123</b>
<b>Lampiran 7 Sertifikat Pelatih Voli .....</b>	<b>126</b>
<b>Lampiran 8 Foto Bersama Pelatih Bol Voli .....</b>	<b>127</b>
<b>Lampiran 9 Surat Keterangan Validasi Pelatih Bola Voli.....</b>	<b>128</b>
<b>Lampiran 10 Surat Ketrangan Validasi Ahli Motorik.....</b>	<b>132</b>

