



**PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI
DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN 3 ON 3 PADA
SISWA KELAS VIII A SMP NEGERI 2 GROGOL
SUKOHARJO TAHUN AJARAN 2024/2025**

SKRIPSI

Oleh:

Muhammad Iqbal Fathoni

D0420097

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
Januari 2025**

**PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI
DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN 3 ON 3 PADA
SISWA KELAS VIII A SMP NEGERI 2 GROGOL
SUKOHARJO TAHUN AJARAN 2024/2025**

Oleh:

Muhammad Iqbal Fathoni

D0420097

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar

Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
Januari 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul : “Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli dengan Menggunakan Permainan 3 *On* 3 pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 2 Grogol Sukoharjo Tahun Ajaran 2024/2025”, karya:

Nama : Muhammad Iqbal Fathoni

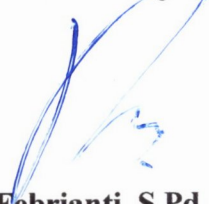
NIM : D0420097

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Surakarta, 24 Desember 2024

Pembimbing I,



Rima Febrianti, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0614028701

Pembimbing II,



Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.
NIDN. 0604088702

PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul “Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli dengan Menggunakan Permainan 3 *On* 3 pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 2 Grogol Sukoharjo Tahun Ajaran 2024/2025”, karya :

Nama : Muhammad Iqbal Fathoni

NIM : D0420097

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 30 Januari 2025

Dewan Penguji Skripsi :

Nama Terang

Tanda Tangan

Ketua : Rima Febrianti, M.Pd.

Sekretaris : Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.

Anggota I : Dr. Slamet Santoso, M.Pd.

Anggota II : Untung Nugroho, S.Pd.Kor.,M.Or.

.....
.....
.....
.....

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 30 Januari 2025

Yang membuat pernyataan



Muhammad Iqbal Fathoni

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(Q.S Al-Insyirah:5)

“Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat. Terlambat bukan menjadi alasan untuk menyerah. Percaya Pada Proses”

(Edwar Satria)

Persembahan

Skripsi ini dipersembahkan untuk:

Tuhan Yang Maha Esa

Orang Tua dan Keluarga Tercinta

Teman – teman Penjas Angkatan 2020

Almamater Program Studi Pendidikan Jasmani

Universitas Tunas Pembangunan

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti penjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas Rahmat dan hidayah-Nya skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan untuk memenuhi Sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Banyak hambatan yang menimbulkan kesulitan dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, namun berkat bantuan dari berbagai pihak akhirnya kesulitan-kesulitan yang timbul dapat teratasi. Untuk itu atas segala bentuk bantuannya, disampaikan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Rektor Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UTP Surakarta.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP UTP Surakarta.
4. Rima Febrianti, S.Pd., M.Pd. selaku Pembimbing I
5. Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd. selaku Pembimbing II
6. Berbagai pihak yang tidak mungkin disebutkan satu-persatu.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Skripsi ini masih terdapat beberapa kekurangan, oleh karena itu peneliti mohon kritik dan saran agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu, pengetahuan dan teknologi khususnya dalam bidang pendidikan.

Surakarta, 30 Januari 2025

Peneliti

(Muhammad Iqbal Fathoni)

ABSTRAK

Muhammad Iqbal Fathoni. 2024. Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli dengan Menggunakan Permainan 3 *On* 3 pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 2 Grogol Sukoharjo Tahun Ajaran 2024/2025. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing 1: Rima Febrianti, S.Pd., M.Pd., Pembimbing 2: Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.

Tujuan dari penelitian ini adalah : (1) Untuk mengetahui peningkatan kemampuan *passing* bawah bola voli.

Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan kelas ini terdiri dari 4 tahap, yaitu : (1) Perencanaan, (2) Tindakan, (3) Pengamatan, (4) Refleksi. Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan *passing* bawah bola voli. Teknik analisis data menggunakan teknik statistik deskriptif.

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh peningkatan kemampuan *passing* bawah bola voli yakni pada pra siklus dari 30 siswa diperoleh hasil 10 siswa (33%) yang tuntas dan 20 siswa (67%) yang tidak tuntas. Pada siklus I dari 30 siswa diperoleh hasil 16 siswa (53%) yang tuntas dan 14 siswa (47%) yang tidak tuntas. Sedangkan, pada siklus II dari 30 siswa diperoleh hasil 25 siswa (83%) yang tuntas dan 5 siswa (17%) yang tidak tuntas.

Kata kunci : Bola Voli, *Passing* Bawah, Permainan 3 *on* 3

ABSTRACT

Muhammad Iqbal Fathoni. 2024. *Improving Volleyball Underhand Passing Ability Using 3 On 3 Game in Class VIII A Students of SMP Negeri 2 Grogol Sukoharjo in the 2024/2025 Academic Year*. Thesis, Physical Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University Surakarta. Advisor 1: Rima Febrianti, S.Pd., M.Pd., Advisor 2: Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.

The purpose of this study is: (1) To determine the improvement of volleyball underhand passing ability.

The research method used is Classroom Action Research (CAR). This Classroom Action Research consists of 4 stages, namely: (1) Planning, (2) Action, (3) Observation, (4) Reflection. The data collection technique uses a volleyball underhand passing skills test. The data analysis technique uses descriptive statistical techniques.

Based on the results of the data analysis obtained, the improvement of volleyball underhand passing ability, namely in the pre-cycle of 30 students, the results were 10 students (33%) who completed and 20 students (67%) who did not complete. In cycle I of 30 students, the results were 16 students (53%) who completed and 14 students (47%) who did not complete. Meanwhile, in cycle II of 30 students, the results were 25 students (83%) who completed and 5 students (17%) who did not complete.

Keywords : Volleyball, Bottom Passing, Game 3 on 3

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PERSETUJUAN PENGUJI	iii
PERNYATAAN	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoretis	6
2. Manfaat Praktis.....	6
a. Bagi Peneliti	6
b. Bagi Sekolah.....	6
c. Bagi Siswa.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	7

A.	Kerangka Teoritis	7
1.	Pengertian Pendidikan Jasmani	7
2.	Tujuan Pendidikan Jasmani.....	8
3.	Filosofi Permainan Bola Voli	9
4.	Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	9
a.	Servis.....	9
b.	<i>Passing</i>	10
c.	<i>Smash</i>	10
d.	<i>Blocking</i> /Membendung	10
5.	Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	11
6.	Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	15
7.	Modifikasi Permainan Bola Voli 3 on 3.....	15
B.	Penelitian Yang Relevan.....	17
C.	Kerangka Pemikiran	18
D.	Hipotesis Tindakan.....	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		21
A.	Setting Penelitian.....	21
1.	Tempat Penelitian	21
2.	Waktu Penelitian.....	21
B.	Subyek Penelitian	21
C.	Metode dan Prosedur Penelitian.....	21
1.	Metode Penelitian	21
2.	Prosedur Penelitian	21
a.	Perencanaan.....	23
b.	Tindakan.....	23
c.	Observasi.....	23
d.	Refleksi	23
D.	Sumber Data.....	24
1.	Data Primer	24
2.	Data Sekunder	24
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	25

F.	Analisis Data	27
G.	Indikator Keberhasilan	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		29
A.	Deskripsi Lokasi Penelitian	29
B.	Hasil Penelitian	29
1.	Pra Siklus	29
2.	Siklus 1	30
a.	Perencanaan Siklus 1	30
b.	Tindakan Siklus 1	30
c.	Observasi Siklus 1	32
d.	Refleksi Siklus 1	33
3.	Siklus 2	34
a.	Perencanaan Siklus 2	34
b.	Tindakan Siklus 2	34
c.	Observasi Siklus 2	36
d.	Refleksi Siklus 2	37
C.	Pembahasan.....	37
BAB V PENUTUP.....		40
A.	Kesimpulan	40
B.	Implikasi	40
C.	Saran	41
1.	Bagi Sekolah	41
2.	Bagi Guru	41
3.	Bagi Siswa.....	41
DAFTAR PUSTAKA.....		42
LAMPIRAN		44

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Teknik Pengumpulan Data	25
Tabel 2. Indikator Teknik <i>Passing</i> Bawah.....	25
Tabel 3. Kriteria Penilaian.....	27
Tabel 4. Hasil Pra Siklus	27
Tabel 5. Hasil Siklus 1	32
Tabel 6. Hasil Siklus 2	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Sikap Tangan untuk <i>Passing</i> Bawah.....	12
Gambar 2. Sikap Perkenaan <i>Passing</i> Bawah.....	13
Gambar 3. Kerangka Berpikir	19
Gambar 4. Alur Penelitian Tindakan Kelas	22
Gambar 5. Hasil Pra Siklus	30
Gambar 6. Hasil Siklus 1	33
Gambar 7. Hasil Siklus 2	36
Gambar 8. Hasil Penelitian.....	37
Gambar 9. Berdoa.....	67
Gambar 10. Pemanasan.....	67
Gambar 11. Demonstrasi Sentuhan Bola pada Tangan.....	58
Gambar 12. Demonstrasi <i>Passing</i> Bawah.....	58
Gambar 13. <i>Passing</i> Bawah Tanpa Bola.....	69
Gambar 14. <i>Passing</i> Bawah Dengan Bola	69
Gambar 15. <i>Passing</i> Bawah Dengan Bola Dilempar Teman	70
Gambar 16. <i>Passing</i> Bawah Memantulkan Dinding	70
Gambar 17. Permainan 3 on 3 Putra.....	71
Gambar 18. Permainan 3 on 3 Putri.....	71