

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING
ATAS BOLA VOLI MELALUI METODE BERMAIN
DENGAN BOLA KARET DAN VARIASI LATIHAN
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 040452
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN
2021/2022**

SKRIPSI

Disusun Dan Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas Dan
Memenuhi Syarat-syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Keguruan Ilmu
Pendidikan Prodi Pendidikan Olahraga
Universitas Quality Berastagi

Oleh:

Nama : PUTRA SITEPU
Npm : 1815030003
Program Studi : Pendidikan Olahraga



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA FAKULTAS
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
QUALITY BERASTAGI**

2022

LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING ATAS BOLA
VOLI MELALUI METODE BERMAIN DENGAN BOLA KARET DAN
VARIASI LATIHAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 040452
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022

Disusun dan Diajukan untuk Dipertahankan dalam Ujian Skripsi
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi

Nama Mahasiswa : Putra Sitepu
NPM : 1815030003
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Disetujui

Pembimbing I


Drs. Sejalinda, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Pembimbing II


Janwar Frihasan Sinuraya, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0106019101

Diketahui
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga
Universitas Quality Berastagi


Julius Boy Nesra B. Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN
SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING ATAS BOLA
VOLI MELALUI METODE BERMAIN DENGAN BOLA KARET DAN
VARIASI LATHIAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 040452
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

Disusun dan diajukan Oleh

Nama Mahasiswa : Putra Sitepu
NPM : 1815030003
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi 22 Juli 2022
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Berastagi, 22 Juli 2022

Menyetujui :
Tim Pembimbing

Pembimbing Utama

Drs. Scjatra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Pembimbing Pendamping

Janwar Frihasan Sinurava, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0106019101

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan

Drs. Scjatra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga

Julius Boy Nesra Basgimata Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0117038701



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

**PENGESAHAN
SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING ATAS BOLA
VOLI MELALUI METODE BERMAIN DENGAN BOLA KARET DAN
VARIASI LATIHAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 040452
KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

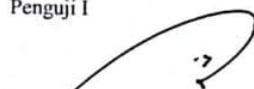
Disusun dan diajukan Oleh

**Nama Mahasiswa : Putra Sitepu
NPM : 1815030003
Program Studi : Pendidikan Olahraga**

Telah dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Quality Berastagi pada Hari Senin Tanggal 22 Juli 2022
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana

Disetujui Dewan Penguji

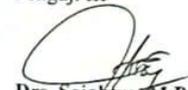
Penguji I


Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701

Penguji II


Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201

Penguji III


Drs. Sejahtera, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan


Drs. Sejahtera, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga


Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701



UNIVERSITAS QUALITY BERASTAGI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Peceren – Lau Gumba Kec. Berastagi Kab. Karo, Sumatera Utara, Telp. (0628) 92188
web: www.uqb.ac.id | e-mail : info@uqb.ac.id

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini tanggal 22 Juli 2022 telah dilaksanakan Ujian Skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi.

Nama : Putra Sitepu

NPM : 1815030003

Tempat : Ruang Sidang FKIP Universitas Quality Berastagi

Waktu : 10.00 s/d Selesai

Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Bermain Dengan Bola Karet Dan Variasi Latihan Pada Siswa Kelas V SD Negeri 040452 Kabanjahe Tahun Pelajaran 2021/2022

Dinyatakan Lulus dan memenuhi syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Dengan Nilai : A

Disetujui Dewan Penguji

Penguji I

Julius Bov Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701

Penguji II

Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201

Penguji III

Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002

Ketua Prodi
Pendidikan Olahraga

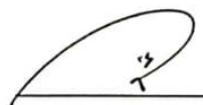
Julius Bov Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701

**PERSETUJUAN PENGUJI UJIAN SKRIPSI PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN OLAH RAGA FAKULTAS KEGURUAN
DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS QUALITY
BERASTAGI**

Nama

Tanda Tangan

Julius Boy Nesra Barus, S.Pd., M.Pd
NIDN: 0117038701



Riski Bastanta B. Manalu, M.Pd
NIDN : 0119089201



Drs. Sejahtra, M.Pd
NIP: 19660917 199303 1 002



Mahasiswa :
Nama : Putra Sitepu
NPM : 1815030003
Tanggal Ujian : 22 Juli 2022

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan kesehatan, dan berkat-Nya kepada penulis. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Metode Bermain Dengan Bola Karet Dan Variasi Latihan Pada Siswa Kelas V SD Negeri 040452 Kabanjahe”**, yang merupakan salah satu syarat dalam mencapai gelar sarjana Pendidikan Olahraga. Selesaiannya skripsi ini tidak luput dari campur tangan dari berbagai pihak yang membantu penulis dalam menyelesaikan berbagai hal, sehingga penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs, Sejahtera Sebayang, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi.
2. Bapak Julius Boy NB Barus, M.Pd, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga.
3. Bapak Drs, Sejahtera Sebayang, M.Pd selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan kritik serta masukan kepada penulis.
4. Bapak Janwar Frihasan Sinuraya M.Pd, selaku pembimbing II yang telah memberikan banyak semangat, arahan, kritik serta saran kepada penulis dalam penyusunan proposal ini.
5. Ucapan terimakasih banyak kepada kedua orang tua saya yang sangat saya cintai dan sayangi, Bapak Nusantara Sitepu dan Ibu Rormina Br Kembaren, yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberikan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini serta berjalan dengan lancar.
6. Ucapan terimakasih banyak kepada ketiga saudara laki-laki saya, Berman Sahnna Sitepu, Berlin Sanjaya Sitepu, dan Zulkarnaen Sitepu, yang selalu memberikan semangat serta mendukung sehingga penulis dapat melaksanakan proposal ini.
7. Terimakasih banyak kepada teman teman seperjuangan, Dora Keristi H BR Ginting, Riza Ginting dan Andri beserta teman-teman lainnya yang selalu

memberikan kritikan, saran, dukungan, dan semangat kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini.

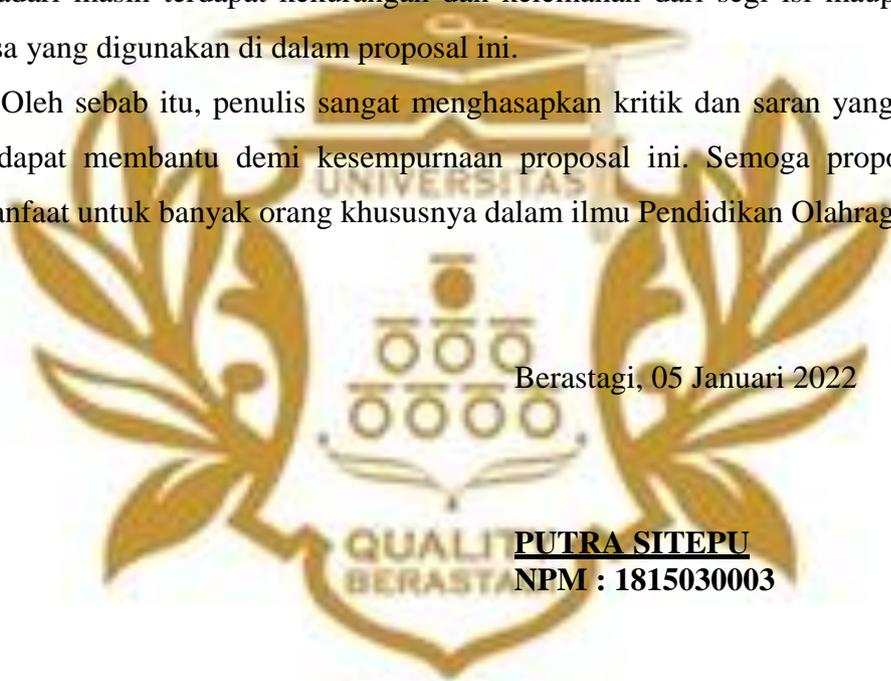
8. Semua Bapak Ibu Dosen Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Quality Berastagi yang telah memberikan saya banyak ilmu yang sangat berguna dalam proses pengerjaan proposal ini.

Penulis menyadari bahwa semua dukungan dan arahan yang diberikan tidak dapat dibalas satu persatu, oleh karena itu Tuhan Yang Maha Esa lah yang akan membalas semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis. Penulis juga telah berupaya sebaik mungkin dalam menyelesaikan proposal ini, namun menyadari masih terdapat kekurangan dan kelemahan dari segi isi maupun tata Bahasa yang digunakan di dalam proposal ini.

Oleh sebab itu, penulis sangat menghasapkan kritik dan saran yang positif agar dapat membantu demi kesempurnaan proposal ini. Semoga proposal ini bermanfaat untuk banyak orang khususnya dalam ilmu Pendidikan Olahraga.

Berastagi, 05 Januari 2022

PUTRA SITEPU
NPM : 1815030003



DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	
ABSTRAK	
ABSTRACT	
KATA PENGANTAR	
DAFTAR ISI	
DAFTAR TABEL	
DAFTAR GAMBAR	
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah.....	3
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN TEORITIS	5
A. Kajian Teoritis.....	5
1. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	5
2. Hakikat Permainan Bola Voli	8
3. Hakikat Passing Atas Bola Voli.....	9
4. Hasil Belajar	11
5. Metode Bermain.....	12
B. Kerangka Berfikir.....	12
C. Hipotesis Tindakan	14
BAB III METODE PENELITIAN	15
A. Jenis Penelitian.....	15
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	15
C. Subjek Penelitian dan Objek Penelitian	15

D.	Desain Penelitian.....	15
E.	Perusedur Penelitian.....	16
F.	Teknik Pengumpulan Data.....	20
G.	Teknik Analisis Data.....	22
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		26
A.	Deskripsi Hasil Penelitian Siklus I.....	26
1.	Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	26
2.	Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	29
3.	Refleksi Siklus I.....	33
B.	Deskripsi Hasil Belajar Siklus II.....	34
1.	Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	34
2.	Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	37
3.	Refleksi Siklus II.....	41
4.	Pembahasan Hasil Penelitian.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		48
A.	Kesimpulan.....	48
B.	Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....		50



DAFTAR TABEL

3.1 Lembar Observasi Untuk Aktivitas Guru	19
3.2 Lembar Observasi Untuk Aktivitas Siswa	20
3.3 Rubrik Penilaian Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli	22
3.4 Kriteria Penilaian Pelaksanaan Pembelajaran Aktivitas Guru	23
3.5 Kriteria Penilaian Pelaksanaan Pembelajaran Aktivitas Siswa...	24
4.1 Aktivitas Guru Pada Siklus I.....	26
4.2 Aktivitas siswa Pada Siklus I	28
4.3 Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Individu Siklus I.....	29
4.4 Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal Pada Siklus I..	31
4.5 Rata-rata Nilai Hasil Siswa	32
4.6 Aktivitas Guru Pada Siklus II	34
4.7 Aktivitas Siswa Pada Siklus II	36
4.8 Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Individu Siklus II	37
4.9 Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal Pada Siklus II.	39
4.10 Rata Nilai Hasil Siswa	40
4.11 Peningkatan Pelaksanaan Pembelajaran Pada Siklus I & II	42
4.12 Peningkatan Hasil Belajar Secara Individu.....	44
4.13 Peningkatan Hasil Belajar Scara Klasikal Pada Siklus I & II...	45
4.14 Peningkatan Rata-rata Nilai Siswa.....	46

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putra Sitepu
NPM : 1815030003
Program Studi : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul **“UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI METODE BERMAIN DENGAN BOLA KARET DAN VARIASI LATIHAN PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 040452 KABANJAHE TAHUN PELAJARAN 2021/2022”**. Merupakan hasil karya penulis, tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh penulis lain, kecuali jika Skripsi ini terbukti merupakan duplikasi ataupun plagiasi dari hasil karya penulis lain dan atau dengan sengaja mengajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik berupa pembatalan skripsi dan pencabutan gelar yang penulis peroleh sebagai hasil ujian akhir studi atas Skripsi ini. Demikian Surat Pernyataan ini saya perbuat sebagai pertanggung jawaban ilmiah tanpa adanya unsur paksaan maupun tekanan dari pihak manapun juga.

Berastagi, Juli 2022

Yang menyatakan,



Putra Sitepu
NPM : 1815030003