

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. Panduan Olahraga Bola Voli. Surakarta : Era Pustaka Utama.
- Arsyad, Azhar. 2011. Media Pembelajaran. Jakarta : Rajawali Pers.
- Aunurrahman. 2009. Belajar dan Pembelajaran. Bandung : Alfabeta.
- Beutelstahl, Dieter. 2013. Belajar Bermain Bola Volley Edisi Revisi. Bandung : CV.Pionir Jaya.
- Dimiyati., Mudjiono. 2009. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Fathoni.2014.TeknikSmash dalam Permainan Bola Voli. <https://gerak.tangan.wordpress.com/2014/11/08/teknik-smash-dalam-permainan-bola-voli-tangan-kanan/>, diunduh pada 3 September 2019 pukul 20.00.
- Fithrati, Nurul. 2010. Bola Volley. Tangerang : Cahaya Gemilang.
- Haprabu, Eriek Satya. 2017. Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli dengan Menggunakan Media Bola Modifikasi dan Permainan Sederhana Pada Siswa Kelas V SD Negeri Karang Turi Wonogiri Tahun Ajaran 2016/2017. Jurnal Ilmiah, Vol 17. FKIP-UTP Surakarta.
- Kompri. 2015. Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Siswa. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Mujiono. 2017. Teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli. <https://teknikdasar-olahraga.blogspot.com/2017/03/teknik-dasar-passing-atas-pada.html?m=1>, diunduh pada 3 September pukul 20.00.

- Muchlisin, Riadi. 2014. Teknik Dasar Permainan Bola Voli. <https://www.kajianpustaka.com/2014/02/teknik-dasar-permainan-bola-voli.html?m=1>, diunduh pada 3 september pukul 20.00
- Mutohir, Toho Cholik, dkk. 2012. Permainan Bola Voli Konsep Teknik Strategi & Modifikasi. Surabaya : Graha Pustaka Media Utama.
- Ngalimun. 2016. Strategi dan Model Pembelajaran. Yogyakarta : Aswaja Pressindo.
- Paturusi, Achmad. 2012. Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rifa'i, Achmad., Anni, Cathrina Tri. 2009. Psikologi Pendidikan. Semarang : Universitas Begeri Semarang Press.
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2013. Manajemen Penelitiann. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Suprijono, Agus. 2012. Metode dan Model-model Mengajar. Bandung : Alfabeta.
- Vannisa. 2017. Teknik Servis Bawah dan Servis Atas Pada Permainan Bola Voli. <https://perpustakaan.id/teknik-cara-servis-bawah-dan-servis-atas-pada-permainan-bola-voli/>, diunduh pada 3 September 2017 pukul 20.30.
- Widy Asih Sulastri. 2011. Upaya Peningkatkan Pembelajaran *Passing* Bawah Bola Voli Mini Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Tamanwinangun Kebumen Tahun Pelajaran 2010/2011. Skripsi. FIK-UNY.

# LAMPIRAN



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Nggel Dadi III-B/57 Telp. (031) 505127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234  
Kampus II : Jl. Dukuh Merunggai XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

<http://fkip.unipasby.ac.id/>

**FORMAT REVISI SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Zulham Rinaldi  
NIM : 165900067  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Tanggal Ujian Skripsi : 23 januari 2020  
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berbalut Spon Terhadap *Passing* Bawah Olahraga Bola Voli Pada Siswa Kelas X SMA Ulul Alb@b Sidoarjo  
Penguji I : Riga Mardhika, S.Pd., M.Or.  
Penguji II : Dr. Sumardi, M.Kes.

No.	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II
1	BAB I Latar Belakang		6
2	BAB II Gambar		2
3	BAB II Kerangka Konseptual		2
4			
5			
6			

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi.

Dosen Penguji I,

Riga Mardhika, S.Pd., M.Or.  
NIDN. 0717088703.

Dosen Penguji II,

Dr. Sumardi, M.Kes.  
NIDN. 0723035701.



Unipa Surabaya

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I: Jl. Ngagel Djati III, 60132, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia  
Kampus II: Jl. Dharma Masagal XII, 60131, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

<http://fkip.unipsby.ac.id/>

**BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Zulhan Rinaldi  
NIM : 165900067  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berbalut Spon Terhadap *Passing* Bawah Olahraga Bola Voli Pada Siswa Kelas X SMA Ulul Alb@b Sidoarjo

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	31-07-2019	Pengarahan	Ⓢ
2	06-08-2019	Pengajuan Judul	Ⓢ
3	08-08-2019	Revisi Bab I	Ⓢ
4	15-08-2019	Revisi Bab I, II	Ⓢ
5	20-08-2019	ACC Bab I, II	Ⓢ
6	09-09-2019	Revisi Bab III	Ⓢ
7	11-09-2019	ACC Bab I, II, III	Ⓢ
8	16-12-2019	Pengajuan Bab IV	Ⓢ
9	23-12-2019	Revisi Bab IV, V	Ⓢ
10	14-01-2020	ACC dijilid	Ⓢ

Selesai bimbingan skripsi tanggal 14 Januari 2020



Mengetahui  
Dekan FKIP,

Sumardi, S.K., M.Si

NIP. 196801031992031003

Dosen Pembimbing,

Dr. Sumardi, M.Kes.  
(NIDN. 0723035701.)



Universitas PGRI  
Adi Buana Surabaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I : Jl. Ngapel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5041097 Fax. (031) 5042804 Surabaya 60245  
Kampus II-A, Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281182, 8281183 Surabaya 60234.  
Website : <http://www.upgrisby.ac.id>

Nomor : 505/Ak.2/FKIP/X/2019  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

17 Oktober 2019

Yang Terhormat,  
Kepala SMA ULUL ALB@B  
di Sidoarjo

Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala SMA ULUL ALB@B Sidoarjo berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa :

Nama : Zulham Rinaldi  
NIM : 165900067  
Program Studi : Pendidikan Jasmari  
Judul Penelitian : Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berbalut Spon terhadap Keterampilan Passing Bawah Olahraga Bola Voli Siswa Kelas X SMA ULUL ALB@B Sidoarjo  
Waktu penelitian : 14 Oktober 2019 s/d 15 November 2019

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

  
Dekan,  
Zulham Rinaldi, M.Si  
NIP. 196801031992031003

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi



**SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)**  
**ULUL ALB@B (Islamic Full Day School)**

Alamat :

Jl. Bebekan Masjid No. 1 - 2 Kodepos 61257 Telp. 031-7882051 Email : sma.ululbab@yahoo.co.id

TERAKREDITASI A

NPSN : 20546552

NSIS : 30405050214083

NIS : 300830

Nomor : 2750/B.10/SMA-UA/XI/2019

Lampiran : - Lembar

Perihal : **Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian**

Kepada

Yth. Dekan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas PGRI ADI BUANA SURABAYA

Di Surabaya

Berdasarkan Surat dari Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI ADI BUANA SURABAYA Nomor : 505/Ak.2/FKIP/X/2019 yang ditujukan ke SMA ULUL ALB@B tentang Izin Penelitian dengan ini kami menerangkan bahwa Mahasiswa atas nama :

Nama : Zulham Rinaldi

NIM : 165900067

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Judul Penelitian : Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berbalut Spon terhadap Keterampilan Passing Bawah Olahraga Bola Voli Siswa Kelas X SMA ULUL ALB@B Sidoarjo

Benar – benar telah melaksanakan penelitian di SMA ULUL ALB@B mulai tanggal 14 Oktober s.d 15 Nopember 2019.

Demikian Surat Keterangan yang kami sampaikan, dan atas perhatian serta kebijaksanaannya disampaikan terima kasih.

Taman, 15 Nopember 2019



H. M. NORMAN MUTTAQIEN, Lc. MH

Tabel Uji t

dk	$\alpha$ untuk Uji Satu Pihak ( <i>one tail test</i> )					
	0,25	0,10	0,05	0,025	0,01	0,005
	$\alpha$ untuk Uji Dua Pihak ( <i>two tail test</i> )					
	0,50	0,20	0,10	0,05	0,02	0,01
1	1,000	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657
2	0,816	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925
3	0,765	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841
4	0,741	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604
5	0,727	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032
6	0,718	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707
7	0,711	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499
8	0,706	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355
9	0,703	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250
10	0,700	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169
11	0,697	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106
12	0,695	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055
13	0,692	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012
14	0,691	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977
15	0,690	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947
16	0,689	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921
17	0,688	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898
18	0,688	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878
19	0,687	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861
20	0,687	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845
21	0,686	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831
22	0,686	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819
23	0,685	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807
24	0,685	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797
25	0,684	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787
26	0,684	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779
27	0,684	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771
28	0,683	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763
29	0,683	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756
30	0,683	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750
40	0,681	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704
60	0,679	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660
120	0,677	1,289	1,658	1,980	2,358	2,617
$\infty$	0,674	1,282	1,645	1,960	2,326	2,576



## Lampiran 6 Jadwal Penelitian

Jadwal penelitian ini mulai dilakukan pada bulan Oktober 2019 selama 1 bulan dan dilaksanakan di lapangan SMA Ulul Alb@b Sidoarjo. Rencana penelitian ini dilakukan mulai tanggal 14 Oktober sampai 15 November 2019. Latihan dilakukan sebanyak 10 kali pertemuan selama 1 bulan dengan 2 kali latihan setiap minggunya

### Program latihan minggu 1

Hari	Jenis Latihan	Repetisi	Set
Selasa	Pengambilan data pertama ( <i>pretest</i> ) <i>passing</i> bawah bola voli kelompok kontrol	1 menit	1
Rabu	Pengambilan data pertama ( <i>pretest</i> ) <i>passing</i> bawah bola voli kelompok eksperimen	1 menit	1

### Program latihan minggu 2

Hari	Jenis Latihan	Repetisi	Set
Rabu	- Pembukaan - <i>Stretching</i> - Latihan <i>passing</i> bawah menggunakan bola plastik berbalut spon berpasangan <i>Cooldown</i>	20	3
Jumat	- Pembukaan - <i>Stretching</i>		

	- Latihan <i>passing</i> bawah menggunakan bola plastik berbalut spon berpasangan - <i>Cooldown</i>	20	3
--	--	----	---

### Program latihan minggu 3

Hari	Jenis Latihan	Repetisi	Set
Rabu	- Pembukaan - <i>Stretching</i> - Latihan <i>passing</i> bawah di tempat menggunakan bola plastik berbalut spon - <i>Cooldown</i>	20	3
Jumat	- Pembukaan - <i>Stretching</i> - Latihan <i>passing</i> bawah di tempat menggunakan bola plastik berbalut spon - <i>Cooldown</i>	20	3

### Program latihan minggu 4

Hari	Jenis Latihan	Repetisi	Set
Rabu	- Pembukaan - <i>Stretching</i> - Latihan <i>passing</i> bawah berjalan 5 meter menggunakan bola plastik berbalut spon - <i>Cooldown</i>	1	3

Jumat	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pembukaan</li> <li>- <i>Stretching</i></li> <li>- Latihan <i>passing</i> bawah berjalan 5 meter menggunakan bola plastik berbalut spon</li> <li>- <i>Cooldown</i></li> </ul>	1	3
-------	---	---	---

Program latihan minggu 5

Hari	Jenis Latihan	Repetisi	Set
Selasa	Pengambilan data akhir ( <i>posttest</i> ) <i>passing</i> bawah bola voli kelompok kontrol	1 menit	1
Rabu	Pengambilan data akhir ( <i>posttest</i> ) <i>passing</i> bawah bola voli kelompok eksperimen	1 menit	1

## Lampiran 7 Dokumentasi

### Pemanasan



### *Pretest*



## Alat-alat yang digunakan



Perlakuan (*treadment*) menggunakan bola plastik berbalut spon



*Posttest*



Foto bersama

