

ABSTRAK

Fadly, Setiawan. 2020. Pengaruh Metode *Wallbounce* Terhadap Peningkatan Kemampuan Pasing Bawah Pada Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Hang Tuah 1 Surabaya. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.

Kata Kunci: kemampuan pasing bawah, metode *wallbounce*

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode *wallbounce* terhadap peningkatan kemampuan pasing bawah pada siswa ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Hang Tuah 1 Surabaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bolavoli SMP Hang Tuah 1 Surabaya yang berjumlah 30. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan system *random sampling* (acak). Jadi dari jumlah keseluruhan siswa ekstrakurikuler bolavoli di SMP Hang Tuah 1 Surabaya 30 siswa, hanya 20 siswa yang dijadikan sampel. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one grup pre test* dan *pos tes design*. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *test*. Teknik analisis data menggunakan analisis uji T-Test

Hasil dianalisis menggunakan bantuan SPSS 21.0. ditemukan hasil uji t untuk nilai *sig (2-tailed)* $0.000 < 0.05$. Jadi dapat disimpulkan bahwa latihan metode *wallbounce* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan pasing bawah pada siswa ekstrakurikuler bolavoli di SMP Hang Tuah 1 Surabaya.

ABSTRACT

Fadly Setiawan. 2020. The Effect of the Wall Bounce Method on Increasing Lower Passing Ability in Bolavoli Extracurricular Students at Hang Tuah 1 Surabaya Middle School. Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.

Keywords: *lower passing ability, wallbounce*

The purpose of this study was to determine the effect of the wallbounce method on increasing the ability of lower passing on Bolavoli extracurricular students at Hang Tuah 1 Junior High School in Surabaya.

The population in this study were 30 students of volleyball extracurricular students at SMP Hang Tuah 1 Surabaya. Sampling in this study used a random sampling system. So from the total number of volleyball extracurricular students at Hang Tuah 1 Surabaya Middle School 30 students, only 20 students were sampled. This research is an experimental research with the design used in this study is one group pre test and post test design. Retrieval of data in this study using the test. Data analysis techniques using the T-Test test analyst

Results were analyzed using SPSS 21.0. t test results were found for the sig (2-tailed) value of 0,000 <0.05. So it can be concluded that the practice of the wallbounce method has an effect on increasing the ability of lower passing on volleyball extracurricular students at Hang Tuah 1 Surabaya Middle School.

HALAMAN MOTTO

“ Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri “ (QS. Ar Ra’d : 11)

“ Barangsiapa yang mempelajari ilmu pengetahuan yang seharusnya yang ditunjukkan untuk mencari ridho Allah bahkan hanya untuk mendapatkan kedudukan/kekayaan duniawi maka ia tidak akan mendapatkan baunya surga nanti pada hari kiamat “ (riwayat Abu Hurairah radhiallahu anhu)

KATA PENGANTAR

Assala,ualaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat serta kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang mengambil judul “Pengaruh Metode *Wallbounce* Terhadap Peningkatan Kemampuan Pasing Bawah Pada Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Hang Tuah 1 Surabaya”. Tujuan pembuatan skripsi ini untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) bagi mahasiswa program studi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan jurusan Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Terselesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, arahan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, saya mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. M. Soebandowo, MS. selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Suhari, S.H., M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, sekaligus selaku Dosen Pembimbing yang memberikan bimbingan, arahan dan dukungan dalam pembuatan skripsi.
4. Kepala sekolah SMP Hang Tuah 1 Surabaya yang telah memberikan tempat ijin untuk melakukan pengambilan data penelitian.
5. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan support.
6. Istri saya tercinta yang selalu memberikan semangat dan motivasi dalam proses perkuliahan mulai awal sampai akhir
7. Teman-teman kelas A angkatan 2016 khususnya grup bismillah sarjana 2020 (Angga Amblek, Lutfi Brewok, Pk. Martin, Pk. Daru, Hilal, Ubedilla, Aji Koplek, dan Jabal Thariq.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua

Surabaya, 15 Januari 2020
Penulis

Fadly Setiawan

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Pengesahan.....	iii
Pernyataan Keaslian	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Motto.....	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Gambar.....	xii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Lampiran.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah	3
D. Tujuan Penelitian.....	3
E. Manfaat Penelitian.....	4

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Dasar Teori.....	5
1. Permainan Bolavoli	5
2. Teknik-Teknik Dasar Bolavoli	6
3. Pasing Bawah	9
4. Pengertian Latihan.....	10
5. Tujuan Latihan	11
6. Komponen-Komponen Latihan	12
7. Metode <i>Wallbounce</i>	13
B. Tinjauan Penelitian Yang Relevan	14
C. Kerangka Konseptual	15
D. Hipotesis.....	15

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	16
B. Populasi dan Sampel Penelitian	16
C. Variabel Penelitian	17
D. Instrumen Penelitian	18
E. Teknik Pengumpulan Data	20
F. Teknik Analisis Data	21

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	23
B. Pembahasan.....	28

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	29
B. Saran.....	29

DAFTAR PUSTAKA.....	31
---------------------	----

LAMPIRAN	33
----------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Teknik Melakukan Servis Bawah	7
2.2 Teknik Melakukan Servis Atas	8
2.3 Teknik Melakukan Servis Lompat	9
2.4 Sikap dan Gerakan Melakukan Servis Bawah	10
2.5 Metode <i>Wallbounce</i>	14

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual	15
3.1 Desain Penelitian	16
3.2 Norma Penilaian Pasing Bawah	20
4.1 Pretest dan Posttest	23
4.2 Analisis Deskriptif	25
4.3 Uji Normaitas	26
4.4 Uji Homogenitas	27
4.5 Uji Paired Sampel Test	27

DAFTAR LAMPIRAN

1. Berita Acara Bimbingan Skripsi	33
2. Surat Ijin Penelitian.....	34
3. Surat Balasan Penelitian.....	35
4. Format Revisi Skripsi.....	36
5. Dokumentasi Lapangan.....	37