

PROSIDING SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018

GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)

Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)

Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)

Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi <i>Edy Suranta Ginting</i>	506
Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Renang <i>Fauzan Siregar</i>	513
Upaya Peningkatan Pukulan Backhand Push Dalam Permainan Tenis Meja Melalui Variasi Pembelajaran <i>Hamka Abdi Negara Siahaan</i>	517
Survey Fasilitas Dan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Di Smp Negeri Se - Kota Madya Tebing Tinggi <i>Imelda</i>	523
Pengembangan Lembar Kerja Mahasiswa Berbasis KKNi Pada Matakuliah Pertumbuhan Dan Perkembangan Gerak <i>Rahma Dewi</i>	528
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar <i>Distributed Practice</i> <i>Resti Ana Dwi Siregar</i>	536
Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jangkit Dengan Menggunakan Gaya Mengajar Resiprokal <i>Ruben Pardamean Hutapea, Jony Karno Damanik</i>	541
Peningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran <i>Sandy Yudha Sinurat</i>	545
OLAHRAGA PRESTASI	
Perbedaan Pengaruh Latihan <i>Plyometrik</i> Peningkatan Otot Tungkai Dan Hasil <i>Jump Shoot</i> <i>Muhammad Indra Bayu</i>	551
Pola Pembinaan Olahraga Bola Voli Pada Klub Bina Putri Embrio <i>Kurniadi Nasution</i>	554
Pengaruh Latihan <i>Dribble</i> Langsung <i>Jump Shoot</i> Terhadap Hasil <i>Jump Shoot</i> <i>Rian Handika</i>	563
Iptek Terhadap Atlet Sprint Tunanetra Npc (<i>National Paralympik Comite</i>) <i>Joni T.M Nababan</i>	568



PENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING* ATAS BOLA VOLI MELALUI VARIASI PEMBELAJARAN

Sandy Yudha Sinurat

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

sandyudha1108@yahoo.com

Abstrak. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar *Passing* atas melalui variasi pembelajaran pada siswa kelas XI SMK Parulian 1 Medan Tahun Ajaran 2017/2018. Metode penelitian yang digunakan adalah PTK, yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setelah data terkumpul, dilakukan analisis pembelajaran melalui variasi pembelajaran. (1) Dari tes hasil belajar melalui variasi Pembelajaran di siklus I diperoleh 13 siswa yang tuntas (68,42%) sedangkan 6 siswa (31,58%) belum tuntas, dengan nilai rata-rata ketuntasan belajar *passing* atas (76,27). Karena belum tercapai ketuntasan klasikal maka dilakukan kembali pembelajaran melalui variasi pembelajaran (2) dari tes hasil belajar II di siklus II diperoleh 17 siswa yang tuntas (89,47%) sedangkan 2 siswa (10,53%) belum tuntas, dengan nilai rata-rata ketuntasan belajar *passing* atas sebanyak (81,54)%. Maka sudah tercapai lah nilai klasikal 85% tersebut. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan 21% dari siklus I ke siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dikatakan bahwa melalui variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *Passing* atas Bola Voli Siswa

Kata Kunci: *Passing Atas, Variasi Pembelajaran, Bola Voli.*

PENDAHULUAN

Permasalahan yang ditemukan peneliti setelah dilakukan observasi dan melihat hasil belajar siswa pada penguasaan teknik *passing* atas pada permainan bola voli sangat rendah sehingga peneliti berusaha untuk memperbaiki permasalahan yang di temukan dikelas ini. Kesalahan yang sering dilakukan siswa dalam pelaksanaan *Passing* atas adalah: posisi badan tidak dibungkukkan kedepan, kaki tidak ditekuk dan kaki dibuka sejajar dengan bahu, perkenaan bola ke tangan tidak tepat pada ujung-ujung jari, pada saat datangnya bola ke tangan gerakan tangan siswa pada saat *mempassing* kurang dapat dikuasai. Peneliti melihat masih rendahnya siswa melakukan teknik *passing* atas dan mereka hanya melakukan gerakan bebas dalam artian mereka seperti bermain biasa tanpa memperhatikan seperti awalan, perkenaan dan lanjutan. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengarahan dan pembinaan Guru terhadap siswa dan metode pembelajaran yang digunakan belum tepat, dengan pembelajaran yang tidak tepat tersebut membuat siswa cenderung diam, kurang aktif dan kurang bersemangat, karena kurangnya bentuk variasi pembelajaran *passing* atas bola voli yang diberikan oleh guru pendidikan jasmani pada saat pembelajaran berlangsung sehingga siswa cepat jenuh dan merasa bosan pada saat melakukan teknik *passing* atas bola voli. Guru pendidikan jasmani masih mengalami kesulitan dalam mengajar materi bola voli tersebut dikarenakan keterbatasan alat dan cara mengajar yang monoton membuat siswa cepat bosan. Sekolah hanya mempunyai 2 bola voli, yang jumlahnya tidak sama dengan banyaknya siswa oleh karena itu siswa cepat bosan untuk menunggu gilirannya melakukan teknik *passing* atas.



Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Apriadi Saragih sebagai guru pendidikan jasmani di smk parulian tersebut ternyata masih banyak siswa yang memperoleh nilai rendah. Dimana kekurangannya adalah pada saat siswa melakukan *passing* atas dengan bola tidak terarah sehingga membuat siswa menjadi capek mengambil bola dan menjadi tidak fokus pada pembelajaran dan pada akhirnya siswa menjadi bermain-main saat proses belajar mengajar berlangsung.

Nilai dari 19 (Sembilan belas) siswa kurang dari jumlah KKM (Kriteria Ketuntasan Maksimal) yaitu 75%. Untuk siswa kelas XI pada semester genap yang mencapai ketuntasan belajar hanya mencapai 21,05% atau 4 (empat) siswa yang mampu melakukan *passing* atas dan dari 78,94% atau 15 (lima belas) siswa yang belum mampu melakukan *passing* atas. Sedangkan untuk ketuntasan belajar dalam satu kelas harus mencapai 85% atau 17 (tujuh belas) siswa. Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, diantaranya adalah motivasi, minat, bakat, kondisi fisik, sarana dan prasarana, guru, strategi atau metode pembelajaran yang digunakan oleh guru yang kurang bervariasi dan lain sebagainya.

Menurut peneliti, Masalah tersebut tidak boleh dibiarkan berkelanjutan. Guru pendidikan jasmani perlu lebih memberikan perhatian atau merespon gejala ini dan tidak menganggap hal ini sebagai hal yang biasa, apabila dibiarkan berlarut-larut dikhawatirkan akan menurunkan prestasi belajar penjas siswa secara umum.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan penelitian dalam pengambilan data dilakukan di SMK PARULIAN 1 MEDAN. Penelitian tindakan kelas ini direncanakan pada bulan Desember semester ganjil T.A2017/2018. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI-TEKNIK KOMPUTER JARINGAN SMK PARULIAN 1 MEDAN yang terdiri dari siswa putra putri sebanyak 19 orang.

Tabel 3.1 Data jumlah siswa kelas XI SMK PARULIAN 1 MEDAN

Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa	Jumlah
	Perempuan	Laki – Laki	
XI-TKJ	6	13	19

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Parulian 1 Medan Tahun Ajaran 2017/2018. Penelitian ini dilaksanakan sesuai jadwal mata pelajaran di kelas XI Teknik Komputer Jaringan Tepatnya pada tanggal



02Desember s/d 16 Desember 2017. Adapun deskripsi data penelitian yang diperoleh dapat dilihat pada diagram dibawah ini dimulai dari data awal, tes siklus I dan tes siklus II.

Tabel 4.1 Hasil perbandingan ketuntasan belajar secara keseluruhan

No	Hasil Tes	Jumlah Siswa yang Tuntas	Jumlah Siswa yang Belum Tuntas
1	Data Awal	4	15
2	Siklus I	13	6
3	Siklus II	17	2

Pada data awal terlihat 4 orang yang mencapai ketuntasan belajar, sedangkan pada siklus I setelah mendapatkan perlakuan terjadi peningkatan sebanyak 9 orang yaitu dengan ketuntasan belajar sebanyak 13 orang. Penyebabnya adalah karena diberikan perlakuan dengan menggunakan variasi pembelajaran yang mengakibatkan siswa menjadi semangat dan tidak jenuh saat berlangsungnya proses belajar-mengajar . Masih ada kendala yang mengakibatkan siswa tidak tuntas diantaranya kurangnya rasa percaya diri dan malu pada teman sebayanya.

Berdasarkan hasil data awal *passing* atas bola voli dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam pembelajaran *passing* atas bola voli masih tergolong rendah. Dari 19 orang siswa yang menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini, ternyata hanya 4 orang siswa (21,06%) yang memiliki ketuntasan belajar, selebihnya 15 orang siswa (78,94%) belum memiliki ketuntasan belajar.

Kemudian pada hasil tes siklus I ketuntasan belajar siswa meningkat menjadi 13 siswa (68,42%) yang memiliki ketuntasan belajar, sedangkan 6 siswa (31,58%) belum mencapai ketuntasan belajar. Pada hasil tes siklus II ketuntasan belajar siswa meningkat lagi menjadi 17 siswa (89,47%) yang memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya 2 siswa (10,53%) belum mencapai ketuntasan belajar. Untuk hasil di siklus 2 teknik fase Sikap persiapansiswa yang mampu melakukan di setiap deskriptor berjumlah 63 indikator dari keseluruhan siswa, Untuk teknik fase Sikap Pelaksanaan siswa yang mampu Melakukan di setiap deskriptor berjumlah 57 indikator dari keseluruhan siswa , Untuk teknik fase sikap lanjutan siswa yang mampu melakukan di setiap indikator berjumlah 64 indikator dari keseluruhan siswa.



KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan disimpulkan bahwa dengan menggunakan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola volipada siswa kelas XI Teknik Komputer Jaringan SMK Parulian 1 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

Disarankan kepada guru pendidikan jasmani SMK Parulian 1 Medan hendaknya menggunakan variasi pembelajaran dalam materi *passing* atas bola voli karena hal ini dapat meningkatkan dan membangkitkan semangat belajar siswa. Disarankan kepada guru pendidikan jasmani SMK Parulian 1 Medan hendaknya menggunakan variasi pembelajaran dalam materi *passing* atas bola voli karena hal ini dapat meningkatkan dan membangkitkan semangat belajar siswa, 2. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan variasi pembelajaran kiranya dapat mencoba dengan materi pelajaran lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman (2009). *Metode Penelitian*. Jakarta: Renika Cipta
- Adang Suherman. (2000). *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Ahmadi Nuril. (2007). *Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama
- Ahmad Sabri, Drs (2010), *Strategi Belajar Mengajar*, Ciputat: Quantum Teaching.
- Akhmad, Sudrajat. *Pengertian pendekatan, strategi dan metode teknik taktik dan model pembelajaran*. Wordpress.com.
- Dimiyati dan Mujiono (2006). *Belajaran dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Durrwachter. (1986:4)(1986:12)(1986:12-13)(1986:12-13), *Belajar Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: Gramedia.
- Ibrahim (1988), *Strategi Belajar Mengajar*. Penerbit Rineka
- Kurnia, Asep (2007), *Bola Voli Dasar*, Jakarta: Prenamedia group
- Muhajir, (2004), *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, Jilid 1. Jakarta: Erlangga
- Mujiono, Dimiyati (2006), *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nadisah, Sharman, 1992. *Pengembangan Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: DEPDIBUD.



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

Ruslin, Lutan. (2000), *Strategi Belajar Pendidikan jasmani Dan Kesehatan*. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah. Jakarta: Bagian Proyek Penataan Guru SLTP Setara D-III

Samsudin, (2008). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.

Sanjaya, (2008), *Perencanaan Dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Prenada Media Group

Simare-mare, Aman, (2007). *Pengertian Variasi Pembelajaran*. Jakarta: Erlangga

Slameto, (2010). *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sudjana, (2004). *Penilaian Hasil Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya Dikti.

Suhadi, Suharno, (2008). *Hakekat Umpan Balik*. (Dalam Buku Abdullah:1981).

Suryo, Subroto, (1997). *Kriteria Ketuntasan Belajar*. Jakarta Gramedia

Subroto, toto (2000), *Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK-UPI

Syarifuddin Aip, Muhadi (1991:183), *Pokok-pokok Pengembangan Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud

Trianto, (2013). *Model Pembelajaran Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksara

Viera.L.Barbara. (1996). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. RajaGrafindo.

W, SWinkel (1991). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.

Yunus, M (1992). *Bola Voli Olahraga Pilihan*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Tinggi.

THE
Character Building
UNIVERSITY