

SKRIPSI

PENGARUH PERMAINAN VOLSAL TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 16 KABUPATEN SORONG



Disusun Oleh :

Nama : Dorkas Wanane
NIM 148520121043

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS PENDIDIKAN BAHASA, SOSIAL DAN OLAAHRAGA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MUHAMMADIYAH SORONG**

202

HALAMAN PERSETUJUAN

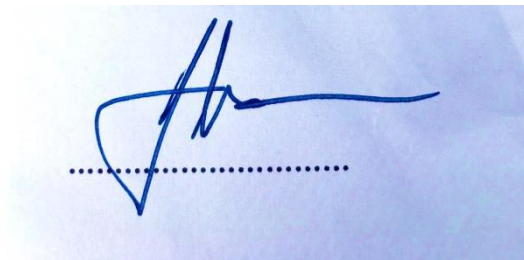
PENGARUH PERMAINAN VOLSAL TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 16 KABUPATEN SORONG

Nama : Dorkas Wanane
Nim 148520121043

Telah disetujui Tim Pembimbing
Pada...

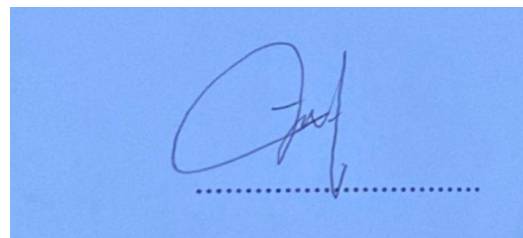
Pembimbing I

Bandung Bumboro, M.Pd.
NIDN. 1409058401



Pembimbing II

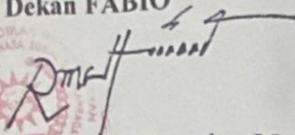
Anton Sukowati, M.Pd
NIDN. 1413028201



LEMBAR PENGESAHAN

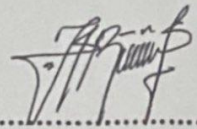
Skripsi ini telah disahkan oleh Dekan Fakultas Pendidikan Bahasa, Sosial, dan Olahraga Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong yang berjudul Pengaruh Permainan Volsal Terhadap Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong.

Pada :/2025

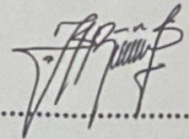
Dekan FABIO

Roni Andri Pramita, M.Pd
NIDN. 1411129001

Tim Penguji

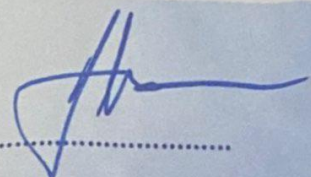
1. Dr. Jusrianto As. M.Pd., AIFO-P.
NIDN. 14140799201



2. Leo Pratama, M.Or
NIDN. 1422129301



3. Bandung Bumboro, M.Pd
NIDN. 1409058401



ABSTRAK

Dorkas Wanane / 148520121043. **PENGARUH PERMAINAN VOLSAL TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 16 KABUPATEN SORONG.** Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Pendidikan Bahasa, Sosial dan Olahraga. Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong. Oktober 2025

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh penerapan permainan Volsal (Voli Sasaran Lempar) sebagai modifikasi pembelajaran terhadap peningkatan kemampuan *passing* atas bola voli siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 20 siswa kelas V yang diambil secara *purposive sampling*. Perlakuan berupa permainan Volsal diberikan selama 12 kali pertemuan dalam kurun waktu 6 minggu. Data kemampuan *passing* atas diperoleh melalui tes praktik sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan **Uji Paired Sample T-Test**. Uji prasyarat (normalitas) dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan *passing* atas siswa setelah diberikan perlakuan permainan Volsal. Rata-rata (*mean*) kemampuan *passing* atas meningkat dari **13,60** pada *pretest* menjadi 16,50 pada *posttest*. Hasil Uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) berada di bawah 0,05, yang mengindikasikan bahwa Hipotesis Nol (H_0) ditolak dan Hipotesis Alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan Volsal (Voli Sasaran Lempar) efektif dan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *passing* atas bola voli siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong.

Kata Kunci : *Passing Atas, Volsal (Voli Sasaran Lempar), Modifikasi Pembelajaran, Paired Sample T-Test.*

ABSTRACT

*Dorkas Wanane / 148520121043. **THE EFFECT OF THE VOLLEYBALL GAME ON THE VOLLEYBALL OVERPASSING ABILITY OF GRADE V STUDENTS OF STATE ELEMENTARY SCHOOL 16, SORONG REGENCY.** Thesis. Physical Education Study Program, Faculty of Language, Social, and Sports Education, Muhammadiyah University of Education, Sorong. October 2025*

This study aims to test and analyze the effect of implementing the Volleball game (Volleyball Overpass) as a learning modification on improving the volleyball overpassing ability of grade V students of State Elementary School 16, Sorong Regency. The research method used was an experiment with a One Group Pretest-Posttest Design. The sample consisted of 20 grade V students selected using purposive sampling. The Volleball game was administered over 12 sessions over a period of 6 weeks. Data on overpassing ability were obtained through practical tests before (pretest) and after (posttest) the treatment. Data were analyzed using descriptive statistics and a paired sample t-test. Normality testing was performed using the Shapiro-Wilk test because the sample size was less than 50. The results showed a significant improvement in students' overhead passing ability after the Volsal game. The mean overhead passing ability increased from 13.60 in the pretest to 16.50 in the posttest. The paired sample t-test results showed a significance value (Sig. 2-tailed) below 0.05, indicating that the null hypothesis (H_0) was rejected and the alternative hypothesis (H_a) was accepted. Therefore, it can be concluded that the implementation of the Volsal game (Volleyball Sasaran Lempar) was effective and had a significant impact on improving the overhead passing ability of fifth-grade students at SD Negeri 16, Sorong Regency.

Keywords : Overhead Passing, Volsal (Volleyball Sasaran Lempar), Learning Modification, Paired Sample T-Test

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Penulis Panjatkan Kehadiran Tuhan Yang Maha Esa. Dengan segala anugerah, cinta dan kasihnya, sehingga penulis mampu menyelesaikan proposal dengan judul” PENGARUH PERMAINAN VOLSAL TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 16 KABUPATEN SORONG”. Penulis proposal ini yang pasti mengalami kendala dan kesulitan dalam penyusunan. Penulis dengan segala upaya untuk dapat menyelesaikan proposal dan berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa untuk dosen pembimbing sehingga pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Rustamadi, M.Si. Selaku Rektot Universitas Pendidikan Muhammadiyah sorong dan sebagai perlindungan pelaksanaan praktek pengalaman lapangan.
2. Roni Andri Pramita, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Pendidikan Bahasa, Sosial dan Olahraga.
3. Saiful Anwar, M.Pd. selaku ketua program studi pendidikan jasmani.
4. Bapak Bandung Bumboro, M.Pd. dosen pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan dan motivasi kepada saya selama menulis proposal.
5. Bapak Anton Sukowati, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang selalu membimbing dan memberikan motivasi selama saya menulis proposal.
6. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan proposal ini dan dapat karunia kemuliaan dari Tuhan yang masa kuasa dan penyayang.

Akhir kata, penulis menyadari masih banyak kekurangan pada penulisan proposal ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya sangat membangun pada penulis demi kesempurnaan penulis proposal ini.

Sorong, Oktober 2025

Penulis

Dorkas Wanane
148520121043

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
SURAT KETERANGAN VALIDASI	v
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
HALAMAN ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Definisi Operational Variabel.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	8
1. Hakikat Pembelajaran Voli Untuk Anak SD.....	8
2. Hakikat Teknik Passing Atas	11
3. Permainan Voli Sasaran Lempar (Volsal).....	13

B. Kerangka Pikir	18
BAB III MODEL PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	19
B. Waktu dan Tempat Penelitian	20
C. Desain Penelitian	20
D. Populasi dan Sampel Penelitian	22
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	23
F. Instrumen Penelitian	24
G. Uji Coba Instrumen Penelitian	26
H. Teknik Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	47
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	52
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral pendidikan secara keseluruhan yang berisikan serangkaian materi pelajaran yang memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani peserta didik. Oleh karena itu penyelenggaraan penjas harus dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik lebih kreatif, inovatif, terampil dan memiliki kebiasaan hidup sehat dan aktif yang dapat menggiring pada kesegaran jasmani, serta memiliki pengetahuan dan pemahaman manusia (Buku Panduan PembekLn Guru Kelas/Agama SD Menjadi Guru Berkualifikasi Guru Pendidikan Jasmani SD 2008: 1).

Pendidikan pada dasarnya merupakan suatu upaya untuk mengembangkan seluruh potensi anak didik dalam mempersiapkan menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan. Pendidikan merupakan masalah penting bagi setiap bangsa, upaya dalam melaksanakan perbaikan pendidikan merupakan salah satu hal yang harus dilaksanakan agar suatu bangsa dapat maju dan berkembang seiring dengan perkembangan zaman (Riadi, 2018). Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi anak agar memiliki spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, memiliki kecerdasan, berahlak mulia, dan memiliki

keterampilan yang diperlukan sebagai anggota masyarakat dan warga Negara (Aji dkk,2013).

Pembelajaran merupakan kegiatan inti dalam proses pendidikan, karena melalui kegiatan belajar diharapkan dapat dicapai tujuan pendidikan dalam bentuk terjadinya perubahan tingkah laku dalam diri siswa, juga menjadi harapan semua pihak agar setiap siswa mencapai hasil belajar yang sebaik-baiknya sesuai dengan kemampuan masing-masing (Liku dkk, 2021). Pendidikan jasmani tidak hanya meningkatkan keterampilan siswa dalam bidang olahraga atau hanya untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa, akan tetapi pendidikan jasmani memiliki tujuan untuk bersifat menyeluruh (holistic) yaitu mengembangkan kecerdasan secara afektif, kognitif, dan psikomotor (Budi dkk, 2020).

Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah dasar selama ini berorientasi pada pengajaran cabang-cabang olahraga yang sifatnya mengarah pada penguasaan teknik. Pada hakikatnya inti pendidikan jasmani adalah gerak. Dalam pengertian ini ada dua hal yang harus di pahami yaitu menjadikan gerak sebagai alat pendidikan dan menjadikan gerak sebagai alat pembinaan dan pengembangan potensi peserta didik. Oleh karena itu tenaga kependidikan dituntut untuk membangkitkan gairah dan motivasi anak dalam bergerak. Karena bergerak tidak hanya merupakan kebutuhan alami peserta didik sekolah dasar, melainkan juga membentuk, membina dan mengembangkan anak. Sementara itu dari sisi lain aktivitas geraknya dapat meningkatkan kemampuan intelektual anak didik (Soemitro, 1992: 3).

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan juga merupakan untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, serta pembiasaan pola hidup sehat bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis (Lubis dan Agus, 2017)

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bolavoli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain, bola voli merupakan salah satu olahraga permainan bola besar yang hampir seluruh sekolah di Indonesia mengajarkan permainan tersebut di karenakan olahraga bola voli di temukan di berbagai elemen masyarakat (Yusmar, 2017).

Teknik dasar bermain bola voli pada prinsipnya terdiri atas dua macam yaitu, teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola berupa gerakan-gerakan khusus yang mendukung teknik dengan bola, sedangkan teknik dengan bola adalah cara memainkan bola dengan anggota badan secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku (Aprilianto, 2017).

Permainan bola voli terdapat teknik dasar yang meliputi servis, passing, smash, block. Melakukan teknik passing dengan baik merupakan hal yang sangat penting untuk menghasilkan point, karena passing yang tidak efektif akan mengakibatkan kekalahan bagi tim bola voli (Saputra dan Gusniar, 2019).

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pembelajaran pendidikan jasmani yang telah dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 16 Kabupaten Sorong

masih terdapat adanya kendala yang dihadapi siswa. Siswa tidak memahami teknik dasar passing atas.

Passing atas adalah pukulan yang dilakukan dengan menyentuh bola dengan kedua tangan di atas kepala pemain yang melakukan kontak kedua mengarahkan bola kepada penyerang. Passing atas pada permainan bola voli perlu di topang kemampuan fisik dasar yaitu kekuatan. Kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai merupakan dua anggota tubuh yang menopang dalam melakukan passing atas. Untuk itu lengan dan tungkai sebagai anggota penggerak membutuhkan kemampuan fisik seperti kekuatan. Tujuan penerapan permainan ini adalah agar siswa merasa senang dan sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran dan dapat menguasai serta memahami gerak dasar passing atas bola voli. Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis bermaksud mengadakan penelitian dengan judul: Pengaruh Permainan Volsal Terhadap Kemampuan Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kabupaten Sorong.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas yang menjadi pokok penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan passing atas bola voli siswa sebelum diberikan perlakuan permainan volsal ?
2. Bagaimana kemampuan passing atas bola voli siswa setelah diberikan perlakuan permainan volsal ?
3. Apakah permainan volsal berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing atas ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan minat belajar peserta didik dengan **“PENGARUH PERMAINAN VOLSAL TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 16 KABUPATEN SORONG”**.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi bagi pengembang ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, mengenai efektivitas permainan volsal sebagai metode pembelajaran keterampilan teknik dasar bola voli, terutama passing atas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru PJOK

Menjadi referensi atau alternative model pembelajaran yang menarik dan efektif dalam mengajarkan teknik dasar bola voli melalui pendekatan permainan modifikasi seperti volsal. Membantu guru dalam meningkatkan partisipasi aktif siswa melalui permainan yang menyenangkan dan mendidika.

b. Bagi Siswa

Meningkatkan keterampilan teknik passing atas bola voli dengan cara yang menyenangkan dan mudah dipahami. Membantu siswa lebih percaya diri dan termotivasi dalam mengikuti pelajaran PJOK.

c. Bagi Sekolah

Mendukung pengembangan pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan di lingkungan sekolah dasar. Menjadi dasar pertimbangan dalam pengadaan program pengembangan olahraga melalui permainan modifikasi.

d. Bagi Peneliti

Sebagai bahan rujukan untuk penelitian lanjutan meningkatkan keterampilan teknik olahraga.

E. Definisi Operasional Variabel

1. Variabel

Variabel penelitian ini adalah suatu atribut atau sifat nilai orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Budiwanto (2017: 29) mengatakan variable merupakan sesuatu yang meliputi faktor-faktor yang telah berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti. Berdasarkan pendapat diatas maka peneliti menentukan variabel-variabel dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. **Variabel Bebas**

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah X ialah permainan volsal Permainan volsal adalah bentuk permainan modifikasi dari bola voli dengan lapangan lebih kecil, jumlah pemain lebih sedikit, dan aturan yang disederhanakan untuk mempermudah siswa dalam mempelajari dasar-dasar teknik bola voli, terutama passing atas.

b. **Variabel Terikat**

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Y ialah kemampuan passing atas bola voli Kemampuan passing atas bola voli adalah kemampuan siswa dalam melakukan teknik mengoper bola menggunakan kedua tangan dari atas kepala dengan benar, sesuai dengan teknik dasar bola voli.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1) Hakikat Pembelajaran Bola Voli Untuk Anak SD

a. Hakikat Permainan Bola Voli

Bola voli merupakan permainan beregu yang di mainkan oleh dua regu dengan jumlah pemain masing-masing regu 6 orang, tujuan dari permainan ini adalah masing-masing harus menyebrangkan bola melewati bagian atas net ke daerah lapangan lawan dengan cara memvoli bola Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895 di kota Holyoke, Messachusset, Amerika serikat, semula permainan ini di beri nama'' Mintonette'' dimana permainan hampir menyerupai permainan bulu tangkis, tapi kemudian nama permainan tersebut diubah menjadi ''Volley Ball'' yang artinya memvoli bola secara bergantian melewati jaring/net.

Pada saat dunia perang dunia I, permainan bola voli menyembar luas ke seluruh dunia, terutama kedaratan benua Eropa dan Asia, sedangkan perkembangan permainan bola voli di Indonesia di mulai ketika langsung perang dunia II, dimana pada waktu itu prajurit jepang sering memainkan bola voli, dengan cepat permainan bola voli berkembqanag di tanah air sehingga bermunculan perkumpulan-perkumpulan yang di pelopori oleh angkatan darat Indonesia.

Kemudian atas prakarsa dari Negara Prancis, Rusia, Polandia dan cekoSlowakia maka dibentuklah Federasi Bola Voli seluruh dunia atau “Internasional Volley Ball Federation” yang di singkat IVBF, yang di bentuk pada tahun 1948 di kota Paris, kemudian pada tahun 1949, di adakan kejuaraan bola voli nasional yang pertama ketika berlangsungnya PON II di Jakarta, pada tahun 1955 di bentuk persatuan bola voli seluruh Indonesia” (PBVSI) (Sahadi Anwarudi, 2011;21).

Menurut (Nuril Ahmadi, 2007) menyatakan teknik yang harus dikuasai dalam permainan bola voli, yaitu terdiri atas *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, dan *block*, *smash*.

1. Servis

Servis adalah sentuhan dengan bola yang di lakukan oleh pemain, pada mulanya *servis* hanya dianggap sebagai pukulan permulaan yang bertujuan untuk memulai permainan. Tetapi pada perkembangannya *servis* berkembang menjadi sebuah teknik untuk melakukan serangan pertama untuk mendapatkan poin. *Servis* yang baik akan sangat berpengaruh pada jalannya pertandingan. Karena pentingnya fungsi *servis*, maka pelatih dalam membentuk sebuah tim pasti akan berusaha melatih pemainnya untuk dapat menguasai teknik servis dengan baik. tujuannya adalah untuk mendapatkan poin poin dari serangan pertama (Beutelsthal, 2013: 8).

Menurut (Reynaud, 2011: 27) menyatakan bahwa ada beberapa jenis *servis* dalam permainan bola *servis* antara lain: *servis* tangan bawah (*underhand servis*), *servis* tangan samping (*side hand servis*), *servis* atas

kepala (*over head servis*), *servis* mengambang (*floating servis*), *servis topspin*, *jumping floating servis*, dan *servis lompat spin (jumping topspin servis)*.

2. **Passing**

Secara umum teknik passing dalam permainan bola voli terbagi menjadi dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. *Passing* dalam permainan bola voli adalah usaha ataupun upaya seseorang pemain bola voli dengan menggunakan satu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Suharno, 1985: 15).

Menurut (Reynaud, 2018: 81) menyatakan *passing* merupakan sebuah teknik yang bisa digunakan dalam berbagai variasi baik untuk menerima bola dari servis, bola serangan atau untuk mengumpan.

3. **Smash**

Salah satu cara mendapatkan poin adalah dengan melakukan serangan melalui *smash* keras dan akurat. Menurut (Reynaud, 2011: 44) menyatakan serangan dalam permainan bola voli disebut *smash*. Salah satu teknik paling populer dalam olahraga bola voli. Sebagian besar pemain voli berlatih keras untuk menguasai teknik *smash* agar mampu menyumbang poin dalam tim. Teknik *smash* secara umum merupakan sebuah teknik memukul bola dengan keras dan terarah yang bertujuan untuk mendapatkan poin.

4. Blocking

Blocking (bendung) adalah gerakan membendung serangan lawan pada lapisan pertama pertahanan tim bola voli. Teknik block adalah tindakan melompat dalam menempatkan tangan diatas dan melewati net untuk menjaga bola di tim lawan sisi lapangan. Reynaud (2011: 69)

b. Hakikat Teknik Passing Atas

Menurut Beutelstahl dalam (Sumarna & Hidayat,2020) passing atas (over head pass) adalah salah satu jenis teknik dasar boal voli dengan melambungkan bola dengan kedua telapak tangan untuk memberi bola rekan setim. Selain itu, teknik dasar passing atas juga di gunakan untuk menerima bola yang ada di atas kepala.

Menurut (Mahardika, et al., 2015) passing atas merupakan suata teknik dasar di dalam permainan bola voli.Teknik dasar passing atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan.Sebelum menyentuh bola, sedikit ditekuk sehingga tangan berada di muka tinggi hidung.Sudut antara siku dan badan kurang lebih 45°.bola di sentuhkan dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan.Menurut (Lisa, et al., 2023) yang di maksud dengan passing atas adalah cara mengoper dan menerima bola yang di lakukukan dengan dua tangan di atas kepala.

Menurut Prasetyo yang dikutip oleh (Susila &Zulkiflu, 2023) passing merupakan usaha seorang pemainmenggunakan suatu teknik yang tujuannya

adalah untuk mengumpan bola yang dimainkan kepada teman se regunya agar dapat melakukan serangan terhadap regu lawan.

Menurut (Sistiasih & Pradana, 2022) seperti dalam olahraga lainnya, kunci untuk menjadi pemain yang baik adalah mempelajari teknik bermain yang benar. Passing atas berguna untuk menerima servis, menerima operan dari teman, mengoper bola, mengoper *smash*, atau bahkan mengembalikan bola dalam bentuk permainan bola voli, passing atas membutuhkan banyak latihan untuk mengontrol arah bola dan menghindari cedera jari.

Menurut (M Yunus, 1992) langkah-langkah melakukan passing atas sebagai berikut:

1. Sikap permulaan

ambil posisi normal yaitu: kedua kaki berdiri selebar dada, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan, lutut di tekuk dengan badan merendah tempat badan secepat mungkin di bawah bola, dengan kedua tangan diangkat lebih dari dahi, dan jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan seperti setengah lingkaran.

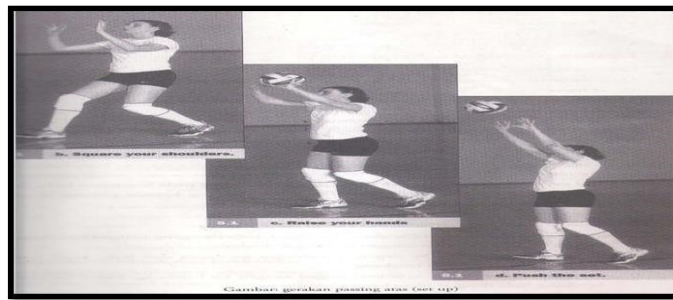
2. Gerakan pelaksana

tepat saat bola berada diatas dan sedikit di depan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong bola. Perkenaan bola pada permukaan jari ruas pertama dan kedua, dan yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Pada waktu perkenaan dengan bola, jari-jari agak ditegangkan

kemudian diikuti dengan gerakan perelangan tangan agar bola memantul dengan baik.

3. Gerakan lanjutan

setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan ke depan atas sebagai suatu gerakan lanjutan, diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dengan kaki belakang melangkah ke depan dan segera mengambil sikap siap dan posisi normal.



Gambar 1.Gerakan Passing Atas Sumber:
Sahadi Anwarudin, (2011;29)

c. Permainan Voli sasaran Lempar

1) Pengertian voli sasaran lempar

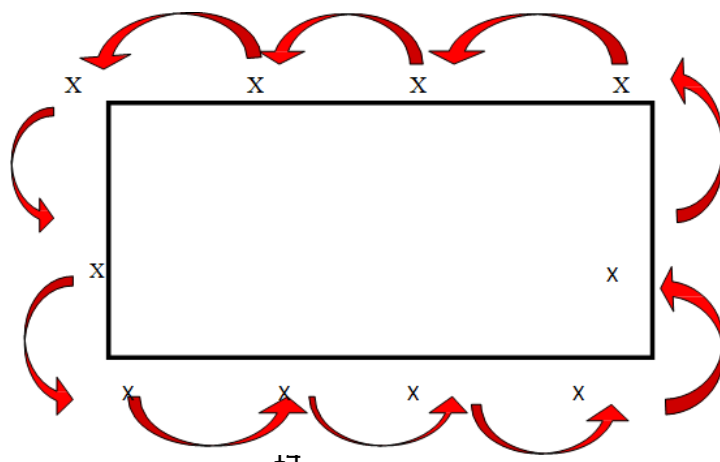
Permainan voli sasaran lempar adalah bentuk dari modifikasi yang digunakan untuk melatih *passing* atas bagi siswa sekolah dasar, permainan voli sasaran lempar dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing tim terdiri dari atas 5 orang.

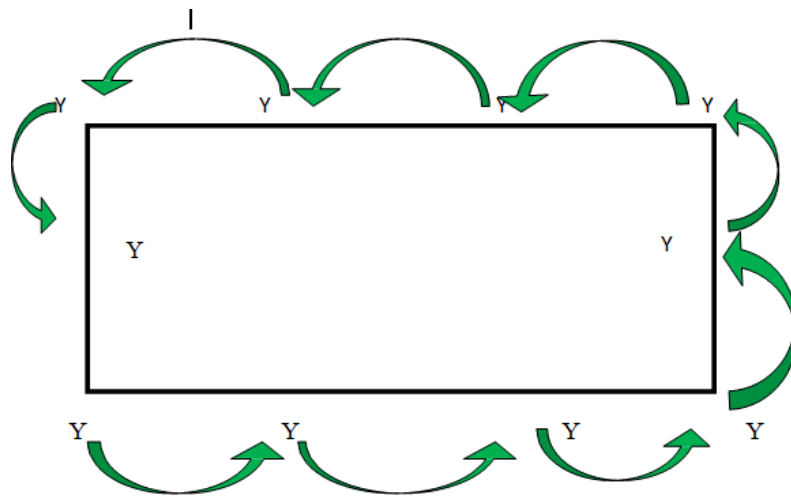
2) Metode permainan voli sasaran lempar

Voli sasaran lempar mengkombinasikan permainan dan dasar-dasar melakukan *passing* atas.

Permainan I peraturan permainan:

- a. Siswa dibagi menjadi dua kelompok yang di tempatkan pada dua lapangan, Lapangan A dan lapangan B. Tiap siswa berdiri digaris lapangan sesuai urutan nomor yang sudah ditentukan mengelilingi lapangan seperti persiapan lari estafet, Jika persiapan sudah selesai guru memberi tanda bahwa permainan dimulai. Siswa yang berada di urutan nomor satu melempar bola ke temannya yang berada di urutan nomor dua dengan kedua tangan seperti halnya melakukan passing atas, dan yang berada diurutan nomor dua menangkap bola menggunakan kedua tangan, setelah menangkap bola nomor dua lalu melempar kembali ke nomor tiga dan seterusnya sampai ke nomor terakhir yaitu nomor sepuluh. Setelah bola sampai di urutan nomor sepuluh lalu nomor sepuluh berpindah tempat ke nomor satu dengan cara lari, siswa nomor satu lari ke nomor dua seterusnya sampai perpindahan tempat nomor satu kembali lagi pada posisi nomor satu. Pemenangnya adalah kelompok yang tercepat melakukan perpindahan tempat sambil lempar tangkap bola.





Gambar 2. Contoh Permainan Volsal 1

Keterangan :

G : Guru

X : Regu I

Y : Regu II



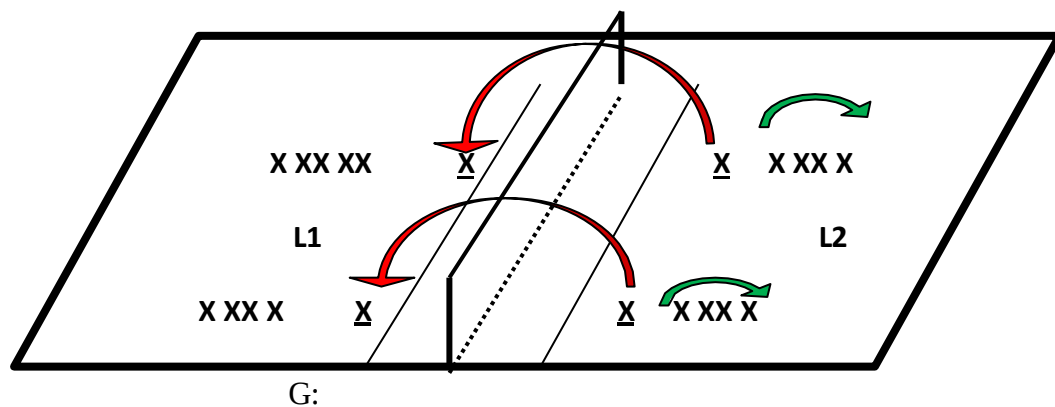
: Arah lemparan bola

Permainan II

Peraturan dalam bermain:

- Siswa dibagi menjadi 4 kelompok
- 2 kelompok ditempatkan lapangan 1 dan kelompok lainnya berada di lapangan 2
- Masing-masing kelompok di bariskan berbanjar menghadap net voli dengan jarak lemparan 2 meter dari net voli.
- Kelompok 1 dan 2 di beri masing-masing 1 bola pada siswa paling depan.
- Setelah memberi aba-aba kepada siswa yang memegang bola langsung langsung menimang bola keatas satu kali lalu langsung melempar bola melewati net dengan kedua tangan dari atas kepala dengan cara mendorong bola seperti melakukan *passing* atas.

- f. Setelah melempar bola siswa langsung berlari ke arah barisan paling belakang.
- g. Kelompok yang berada di lapangan 2 menangkap bola lalu langsung menimang bola dan melemparkan bola tersebut melewati net seperti melakukan passing atas kembali dan setelah melempar berlari ke arah barisan paling belakang.
- h. Berulang seterusnya sampai siswa paling terakhir.
- i. Kelompok yang paling cepat menyelesaikan sebagai pemenang.



Gambar 3. Cara Permainan Volsal

Keterangan :

G : Guru

X : Siswa

L1 : Lapangan 1

L2 : Lapangan 2

 : Arah lemparan bola

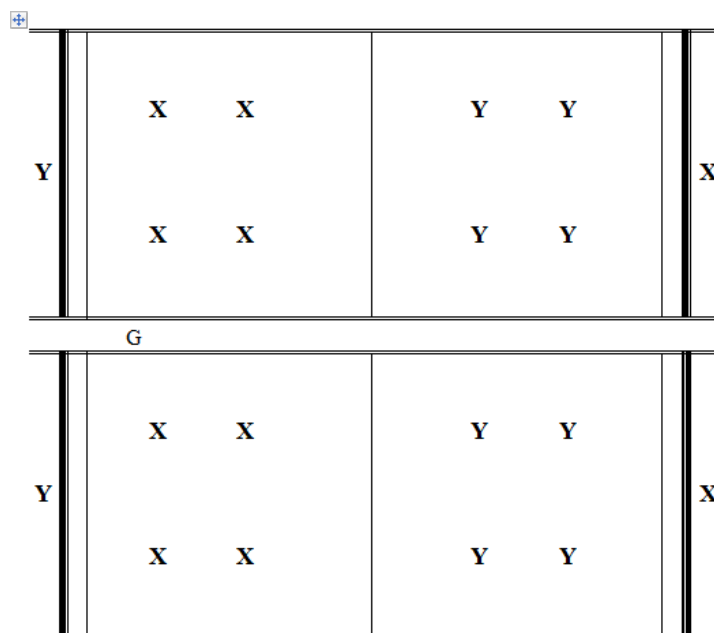
 : Arah lari setelah melempar bola

Permainan III

Aturan permainan: Siswa di bagi menjadi empat kelompok, yang beradadidualapanganAdanlapangan B.Tiapkelompokmenempatkandiri pada posisi yang sudah di tentukan, Guru mengundi regu mana yang memegang atau memainkan bola terlebih dahulu.Tugas setiap kelompok adalah memasukkan bola ke

teman sendiri yang terletak dibelakang garis larangan dengan jarak lemparan dua meter. Siswa yang berhasil memasukan bola bergantian menjadi gawang. Bola dapat dimainkan hanya dengan kedua tangan seperti halnya bermain bola voli passing atas, membawa bola tidak boleh lebih dari tiga langkah dan harus saling mengoper bola. Baik lawan maupun yang mempertahankan tidak boleh melewati garis larangan.

Jika persiapan telah selesai, guru dapat memberikan tanda bahwa permainan telah di mulai. Lama bermain dapat disesuaikan dengan kebutuhan. Pemenangnya adalah regu yang paling banyak memasukkan bola ke teman sendiri dengan cara bola di tangkap dengan kedua tangan :



Gambar 4. Cara Permainan

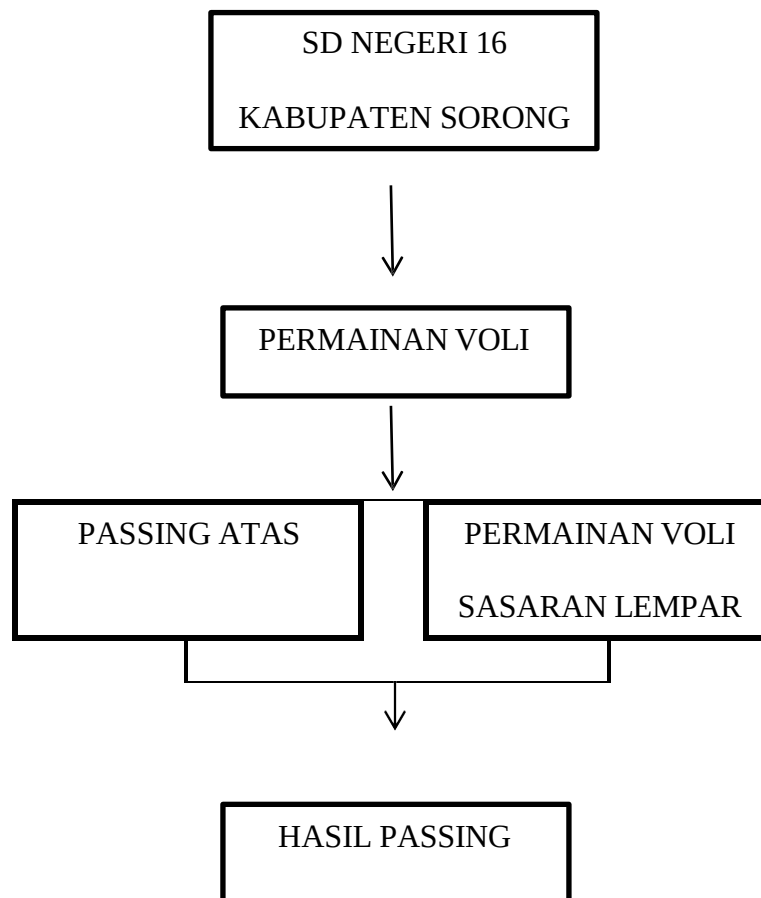
Keterangan :

G : Guru

X : Regu I

Y : Regu I

B. Kerangka Berpikir



Bagan 1. Kerangka berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2017:7), penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Metode eksperimen dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan Volsal (Voli Sasaran Lempar) terhadap kemampuan passing atas bola voli pada siswa. Arikunto (2013:9) menyatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dikenakan pada subjek selidik, dengan kata lain penelitian eksperimen mencoba meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat.

Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini dipilih karena data yang dikumpulkan berupa angka-angka hasil tes kemampuan passing atas yang kemudian dianalisis secara statistik untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang signifikan dari perlakuan yang diberikan.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus – September pada semester genap tahun ajaran 2024/2025, dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 2.1 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Persiapan penelitian	Minggu ke-1
2	Tes awal (pretest)	Minggu ke-2
3	Pemberian perlakuan (treatment)	Minggu ke-3 sampai ke-8
4	Tes akhir (posttest)	Minggu ke-9
5	Pengolahan dan analisis data	Minggu ke-10

Perlakuan diberikan sebanyak 14 kali pertemuan dengan frekuensi 2 kali seminggu, setiap pertemuan berlangsung selama 2 x 35 menit (2 jam pelajaran) sesuai dengan alokasi waktu mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar berdasarkan Kurikulum 2013 (Permendikbud Nomor 67 Tahun 2013).

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2025. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 16 Kabupaten Sorong yang beralamat di Jalan Kesehatan Kampung Kasimle Distrik Seget Kabupaten Sorong.

Pemilihan lokasi ini didasarkan pada beberapa pertimbangan :

- a. Sekolah memiliki fasilitas lapangan yang cukup memadai untuk pelaksanaan pembelajaran bola voli

- b. Belum pernah dilakukan penelitian serupa di sekolah tersebut
- c. Adanya dukungan dari kepala sekolah dan guru PJOK
- d. Lokasi sekolah terjangkau oleh peneliti

C. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Menurut Sugiyono (2017:74), desain ini merupakan desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan, sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

Fraenkel dan Wallen (2019:271) menjelaskan bahwa *One Group Pretest-Posttest Design* adalah desain penelitian di mana satu kelompok subjek diberikan tes awal, kemudian diberikan perlakuan untuk periode waktu tertentu, dan setelah itu diberikan tes akhir.

Desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:

$$O_1 \quad X \quad O_2$$

Keterangan:

- O_1 = Pretest (tes awal kemampuan passing atas sebelum perlakuan)
- X = Treatment (pemberian perlakuan berupa permainan Volsal)
- O_2 = Posttest (tes akhir kemampuan passing atas setelah perlakuan)

Prosedur pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut :

1. **Pretest (O_1):** Siswa diberikan tes kemampuan passing atas bola voli untuk mengukur kemampuan awal sebelum diberikan perlakuan

2. **Treatment (X):** Siswa diberikan pembelajaran passing atas melalui permainan Volsal sebanyak 12 kali pertemuan

3. **Posttest (O₂):** Siswa diberikan tes kemampuan passing atas bola voli untuk mengukur kemampuan akhir setelah diberikan perlakuan

Pengaruh perlakuan diketahui dengan membandingkan hasil pretest dan posttest, apakah terdapat peningkatan yang signifikan setelah diberikan perlakuan berupa permainan Volsal.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 20 siswa yang terdiri dari 1 rombongan belajar. Sugiyono (2017:80) mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sugiyono (2017:85) menjelaskan bahwa *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel yang dipilih adalah siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong yang berjumlah 20 siswa dengan pertimbangan:

1. Siswa kelas V memiliki karakteristik perkembangan motorik yang sesuai untuk pembelajaran passing atas bola voli

2. Kelas V memiliki jadwal PJOK yang sesuai dengan waktu penelitian
3. Rekomendasi dari guru PJOK bahwa kelas V memerlukan variasi pembelajaran bola voli

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran. Menurut Arikunto (2013:193), tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.

Data dikumpulkan melalui dua tahap pengukuran:

1. Tes Awal (Pretest)

Tes awal dilakukan untuk mengukur kemampuan passing atas siswa sebelum diberikan perlakuan. Tes dilaksanakan pada pertemuan pertama setelah siswa melakukan pemanasan. Hasil tes awal ini menjadi data dasar untuk dibandingkan dengan hasil tes akhir.

2. Tes Akhir (Posttest)

Tes akhir dilakukan setelah siswa mendapatkan perlakuan berupa permainan Volsal sebanyak 5 kali pertemuan. Tes dilaksanakan dengan prosedur yang sama dengan tes awal untuk menjaga validitas pengukuran. Hasil tes akhir akan dibandingkan dengan hasil tes awal untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan kemampuan passing atas.

3. Prosedur Pengumpulan Data

Langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Mempersiapkan instrumen tes dan peralatan yang diperlukan
2. Memberikan penjelasan kepada siswa tentang prosedur pelaksanaan tes
3. Melaksanakan pretest untuk mengukur kemampuan awal
4. Memberikan perlakuan berupa permainan Volsal selama 12 pertemuan
5. Melaksanakan posttest untuk mengukur kemampuan akhir
6. Mencatat dan mendokumentasikan seluruh hasil tes
7. Melakukan tabulasi data untuk kemudian dianalisis

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan passing atas yang diadaptasi dari Brady Volleyball Test (Brady, 1945) yang telah dimodifikasi untuk disesuaikan dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar. Menurut Nurhasan dan Cholil (2017:16), Brady Volleyball Test merupakan salah satu tes standar yang valid dan reliabel untuk mengukur kemampuan passing atas dalam bola voli.

1. Tujuan Tes

Tes passing atas merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan passing atas sesuai dengan teknik yang benar. Tes ini mengacu pada panduan tes keterampilan permainan bola voli untuk tingkat sekolah dasar (Depdiknas, 2008; Hidayat, 2017).

2. Alat dan Fasilitas

Peralatan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan tes:

1. Bola voli standar (ukuran 4 untuk siswa SD)
2. Dinding atau tembok yang rata dengan tinggi minimal 3 meter
3. Meteran atau alat ukur
4. Stopwatch atau pencatat waktu
5. Lakban atau kapur untuk membuat garis batas
6. Formulir pencatat hasil tes
7. Alat tulis

3. Petunjuk Pelaksanaan

Prosedur pelaksanaan tes adalah sebagai berikut:

1. Testee (siswa yang dites) berdiri di belakang garis batas yang berjarak 1,5 meter dari dinding
2. Garis sasaran dibuat pada dinding setinggi 2 meter dari lantai menggunakan lakban atau kapur
3. Pada aba-aba "mulai", testee melambungkan bola ke atas kemudian melakukan passing atas ke dinding di atas garis sasaran secara berulang-ulang
4. Testee harus tetap berada di belakang garis batas 1,5 meter selama melakukan passing
5. Waktu pelaksanaan tes adalah 60 detik (1 menit)
6. Setiap passing yang berhasil mengenai dinding di atas garis sasaran 2 meter dihitung sebagai satu kali pukulan yang benar

7. Jika bola jatuh, testee boleh mengambil bola dan melanjutkan passing hingga waktu habis
8. Setiap testee diberikan kesempatan melakukan tes sebanyak 2 kali, dan diambil hasil yang terbaik

4. Penilaian

Penskoran dilakukan dengan menghitung jumlah passing atas yang benar selama 60 detik. Kriteria passing yang benar adalah:

1. Sikap Awal (kesiapan posisi tubuh)
2. Pelaksanaan (Kontak Bola, Posisi Tangan dan Kaki)
3. Arah dan Tinggi Bola hasil passing
4. Ketepatan sasaran

Tabel 3.2
Norma Penilaian Kemampuan Passing Atas untuk Siswa SD Kelas V

Jumlah Passing	Kategori
17-20 kali	Sangat Baik
13-16 kali	Baik
9-12 kali	Cukup
5-8 kali	Kurang
0-4 kali	Sangat Kurang

Sumber: Modifikasi dari Nurhasan dan Cholil (2017:18)

G. Uji Coba Instrumen Penelitian

a. Uji Validitas

Validitas merupakan jawaban dari pertanyaan apakah pengukuran yang dilakukan mampu mengukur dengan benar apa yang diukur. Pengukuran

dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila dari hasil pengukuran data yang akurat dalam memberikan gambaran terkait dengan variabel yang diukur seperti yang dikehendaki apa yang menjadi tujuan pengukuran tersebut. Oleh karena itu, untuk mencapai pengukuran yang dikategorikan memiliki validitas yang tinggi maka alat ukur harus memiliki kemampuan untuk mengukur secara akurat.

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan kevalidan dan kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Wragg menyatakan validitas merupakan jawaban dari pertanyaan apakah pengukuran yang dilakukan mampu mengukur dengan benar apa yang diukur (Wardoyo, 2018:114) Untuk mengukur tingkat kevalidan suatu instrument maka rumus yang digunakan ialah korelasi product momen sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N\Sigma XY - (\Sigma X) - (\Sigma Y)}{\sqrt{\{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}(N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} : angka indeks korelasi “r” *product moment*

N : *Number of cases* (banyak subjek yang diberikan tes)

ΣXY : jumlah hasil perkalian skor X dan skor Y

ΣX : jumlah skor X

ΣY : jumlah skor Y

Tabel 3.3
Kriteria validitas

Validitas	Kriteria
0,80-1,00	Sangat Tinggi
0,60-0,80	Tinggi
0,40-0,60	Sedang
0,20-0,40	Rendah

Bila nilai r_{xy} dibawah 0,30 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen atau soal tidak valid, sehingga diperbaiki atau dibuang.

Uji validitas juga bisa menggunakan *software* SPSS V.25 dengan rumus *Personproduct Moment*, langkah-langkahnya sebagai berikut :

1. Siapkan data tabulasi anda
2. Membuka lembar kerja SPSS V.25
3. Klik *analyze*, lalu pilih *correlate* lalu pilih *bivariate*, kemudian blok semua data yang ada dikotak dialog pindahkan ke *varians*, pastikan *correlations coefficients* tercekliis.
4. Kemudian klik ok

Fokus pada kolom total pada ujung tabel. Untuk melihat suatu items valid atau tidak bisa melihat nilai Sig pada tabel tersebut, jika nilai signifikannya $< 0,05$ atau valid, jika $> 0,05$ maka tidak valid.

b. Uji Reabilitas

Reliabilitas merupakan konsistensi dari instrument tes terhadap hasil penilaian yang dilakukannya. Artinya bahwa suatu tes dianggap memiliki reabilitas apabila tes untuk mengukur pengetahuan atau kompetensi yang sama pada peserta didik menghasilkan hasil pengukuran yang konsisten atau tetap walaupun digunakan dalam waktu dan tempat yang berbeda. Jadi realibilitas merujuk pada konsistensi instrument yang tidak akan berubah dari waktu ke waktu.

Rumus yang dapat digunakan :

$$r = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(\frac{s - \sum pq}{s} \right)$$

Keterangan :

r = Reabilitas Instrumen

n = Jumlah skor

p = Subjek yang melakukan passing benar

q = subjek yang melakukan passing salah

$\sum pq$ = Jumlah p x q

S = varians total

Setelah melakukan uji validitas, selanjutnya melakukan uji reliabilitas yang menggunakan *software* SPSS V.25 dengan rumus *Cronbach Alpha* langkah-langkahnya sebagai berikut :

a. Membuka lembar kerja SPSS V.25

- b. Klik Menu *analyze* kemudian pilih item saja (kecuali total) blok pindahkan ke kanan. Kemudian klik *statistic* pada kotak dialog dan ceklist *scale if item deleted*, kemudian klik *continue*, modelnya pastikan alpha, lalu klik ok.
- c. Jika nilai *Cronbach Alpha* r tabel harus $> 0,6$ (menurut wiratna soejarwani) maka butir instrumen dinyatakan reliabel dengan tingkat hubungan yang telah ditentukan.

Tabel 3.4

Kriteria Reliabilitas

Reliabilitas	Kriteria
0,80-1,00	Sangat Tinggi
0,60-0,79	Tinggi
0,40-0,59	Sedang
0,20-0,39	Rendah

H. Teknik Analisis Data

Instrumen penelitian adalah salah satu komponen penting dalam sebuah penelitian. Instrumen ini berfungsi sebagai alat yang dipilih dan digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, sehingga proses pengumpulan data menjadi lebih terstruktur dan mudah dilakukan.

Analisis data dalam penelitian ini melibatkan penerapan teknik statistika deskriptif dan inferensial.

1. Analisis Statistik Deskriptif

Teknik ini digunakan untuk memberikan gambaran umum tentang tingkat pemahaman siswa. Langkah-langkah dalam menganalisis data sebagai berikut:

- a) Tabel digunakan untuk menentukan kategori dari interval skor:

Tabel 3.5 Penentuan Kategori Berdasarkan Interval Skor

No	Skor Interval	Kategori
1	0-50	Sangat Rendah
2	51-69	Rendah
3	70-79	Sedang
4	80-89	Tinggi
5	90-100	Sangat Tinggi

- b) Untuk Menghitung rata-rata, digunakan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum (X_i \cdot F_i)}{n}$$

Dimana:

- X adalah rata-rata yang dicari
- X_i adalah titik tengah interval kelas
- F_i adalah frekuensi
- n adalah jumlah subjek dalam sampel (Sudjana, 2015)

- c) Berikut ini adalah tabel untuk menentukan ketuntasan hasil belajar:

Tabel 3.4 Menentukan Ketuntasan Hasil Belajar

Skor	Kategori
$0 \leq X \leq 70$	Tidak Tuntas
$75 \leq X \leq 100$	Tuntas

Sumber: *Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) SD Negeri 16 Kab. Sorong*

2. Analisis Statistik Inferensial

Dalam analisis statistik inferensial, fokusnya adalah untuk menguji hipotesis dalam penelitian. Sebelum melakukan uji hipotesis, langkah awalnya

adalah melakukan uji prasyarat terhadap data. Pada tahap ini, dilakukan pengecekan normalitas dan homogenitas data.

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data dari populasi memiliki distribusi normal. Hipotesis yang diuji adalah sebagai berikut:

- H_0 : populasi memiliki distribusi normal
- H_1 : Populasi tidak memiliki distribusi normal

Keputusan untuk menerima H_0 dilakukan jika nilai p (signifikansi) $\geq \alpha$ (tingkat signifikansi), dimana $\alpha = 0,05$. H_0 akan ditolak jika nilai $p < \alpha$. Jika nilai $p > \alpha$, maka H_0 diterima, menunjukkan bahwa data dari kedua kelompok perlakuan berasal dari populasi dengan distribusi normal.

b. Uji Hipotesis

Dependen sampel *t-test* adalah uji statistika yang bertujuan untuk membandingkan rata-rata dua grup yang saling berpasangan. Sampel berpasangan dapat diartikan sebagai sebuah sampel dengan subjek yang sama namun mengalami dua perlakuan atau pengukuran yang berbeda, yaitu pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan *treatment*.

$$t = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2 \left(\frac{1}{n_1}\right) + \left(\frac{1}{n_2}\right)}}$$

Keterangan :

X_1 = Rata-rata kemampuan kelas sesudah diberikan *Treatment*

X_2 = Rata-rata kemampuan kelas sebelum diberikan *Treatment*

n_1 = Banyaknya Peserta didik sesudah diberikan *Treatment*

n_2 = Banyaknya Peserta didik Sebelum diberikan *Treatment*

S_2^2 = Varians Data kelompok sesudah diberikan *Treatment*

S_2^1 = Varians Data kelompok sesudah diberikan *Treatment*

Pengolahan data menggunakan uji *paired sample t-test* dengan desain *one group pre-test post-test* dibantu dengan aplikasi SPSS V.16. Dasar pengambilan keputusan, jika Sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan hasil belajar yang signifikan dan sebaliknya jika Sig. (2-tailed) > 0,05 maka hasil belajar tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Adapun kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

H_0 di tolak jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dalam hal ini H_1 di terima.

H_0 di terima jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ dengan $\alpha = 0,05$ (5%)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 16 Kabupaten Sorong pada siswa kelas V dengan jumlah sampel 20 siswa. Penelitian dilakukan selama 5 minggu yang terdiri dari 1 minggu persiapan, 1 minggu pretest, 2 minggu perlakuan (*treatment*), dan 1 minggu *posttest*. Perlakuan diberikan sebanyak 4 kali pertemuan dengan frekuensi 2 kali seminggu, setiap pertemuan berlangsung selama 2 x 35 menit.

Data penelitian diperoleh melalui tes kemampuan passing atas bola voli yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum perlakuan (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*). Instrumen yang digunakan adalah tes passing atas yang diadaptasi dari Brady Volleyball Test yang telah dimodifikasi untuk siswa Sekolah Dasar.

Deskripsi data penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi data yang diperoleh di lapangan. Data yang dideskripsikan meliputi data hasil pretest dan posttest kemampuan passing atas bola voli.

a. Data Hasil *Pretest* (Tes Awal)

Berdasarkan hasil tes awal (*pretest*) kemampuan passing atas bola voli yang dilakukan terhadap 20 siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong, diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 4.1
Nilai *Pretest* Kemampuan Passing Atas Bola Voli Siswa Kelas V

No	Nama Siswa	Sikap Awal	Pelaksanaan	Arah Bola	Ketepatan	Total Skor	Klasifikasi
1	Abdul Erare	4	4	5	5	18	Sangat Baik
2	Adella	4	4	4	4	16	Baik
3	Aisyah Lestari	3	4	3	3	13	Cukup
4	Ajeng .A. Sia	2	3	3	2	10	Kurang
5	Anispa	1	2	2	2	7	Kurang
6	Deliano Ernes Pais	4	4	3	4	15	Baik
7	Delvia E. Huliselan	3	3	3	3	12	Cukup
8	Dea Rasti Ananta	2	3	2	2	9	Kurang
9	Dzul Aziz Faturahmi	5	4	5	5	19	Sangat Baik
10	Gloria Kamanasa	4	3	3	4	14	Baik
11	Halima Ruminsir	3	3	3	2	11	Cukup
12	Hanung Baskoro	2	3	3	3	11	Cukup
13	Helke Mansumbauw	4	4	4	3	15	Baik
14	Irene De Queluew	1	2	2	1	6	Kurang
15	Joendirik Taune	3	3	2	2	10	Kurang
16	Muhaimin Iskandar T	5	5	5	5	20	Sangat Baik
17	Mulia Paus	4	4	4	4	16	Baik
18	Satrio	3	4	3	3	13	Cukup
19	Rasid Riski	2	2	3	2	9	Cukup
20	Andi	4	5	4	5	18	Sangat Baik

Tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik berada pada klasifikasi “kurang”, setelah pemberian skor peneliti kemudian membuat tabulasi dan menganalisis skor tersebut dalam persentase. Skor tersebut diklasifikasikan menjadi 5 level sebagai berikut :

Tabel 4.2 Klasifikasi Pemberian Skor

Jumlah Passing	Kategori
17-20 kali	Sangat Baik
13-16 kali	Baik
9-12 kali	Cukup
5-8 kali	Kurang
0-4 kali	Sangat Kurang

Tabel 4.3
Statistik Deskriptif Data Pretest Kemampuan Passing Atas

Statistik	Nilai
Jumlah Siswa (N)	20
Skor Tertinggi	20
Skor Terendah	6
Rentang (Range)	14
Rata-rata (Mean)	13,15
Median	13
Modus	13
Standar Deviasi (SD)	4,10

Berdasarkan Tabel 4.3 di atas, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) kemampuan passing atas sebelum diberikan perlakuan adalah 13,15 kali dengan standar deviasi 4,10. Nilai tertinggi yang diperoleh siswa adalah 20 kali, sedangkan nilai terendah adalah 6 kali, sehingga rentang data adalah 14 kali. Nilai tengah (median) berada pada angka 13 kali dan nilai yang paling sering muncul (modus) adalah 13 kali.

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai distribusi frekuensi data pretest, berikut disajikan tabel distribusi frekuensi berdasarkan kategori kemampuan passing atas :

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Data Pretest Berdasarkan Kategori

Klasifikasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Baik	18–20	4	20%
Baik	15–17	4	20%
Cukup	11–14	6	30%
Kurang	≤ 10	6	30%
Total	-	20	100%

Berdasarkan Tabel 4.4 di atas, dapat diketahui bahwa dari 20 siswa yang menjadi sampel penelitian, terdapat siswa yang memiliki kemampuan passing atas pada kategori sangat baik sebanyak 4 siswa (20%), pada Kategori baik terdapat 4 Orang Siswa (20%). Sebanyak 6 siswa (30%) berada pada kategori cukup, dan sebanyak 6 siswa (30%) berada pada kategori kurang. Data ini menunjukkan bahwa sebagian siswa

memiliki kemampuan passing atas yang masih rendah sebelum diberikan perlakuan.

2. Data Hasil Posttest (Tes Akhir)

Setelah siswa diberikan perlakuan berupa permainan Volsal sebanyak 12 kali pertemuan selama 6 minggu, kemudian dilakukan tes akhir (*posttest*) untuk mengukur kemampuan passing atas bola voli. Hasil posttest adalah sebagai berikut :

Tabel 4.5
Nilai Posttest Kemampuan Passing Atas Bola Voli Siswa Kelas V

No	Nama Siswa	Sikap Awal	Pelaksanaan	Arah Bola	Ketepatan	Total Skor	Klasifikasi
1	Abdul Erare	5	5	5	5	20	Sangat Baik
2	Adella	5	4	5	5	19	Sangat Baik
3	Aisyah Lestari	4	4	4	4	16	Baik
4	Ajeng .A. Sia	3	4	4	4	15	Baik
5	Anispa	3	3	4	3	13	Cukup
6	Deliano Ernes Pais	5	5	4	5	19	Sangat Baik
7	Delvia E. Huliselan	4	4	4	4	16	Baik
8	Dea Rasti Ananta	3	3	3	3	12	Cukup
9	Dzul Aziz Faturahmi	5	5	5	5	20	Sangat Baik
10	Gloria Kamanasa	4	4	4	5	17	Sangat Baik
11	Halima Ruminsir	3	4	3	3	13	Cukup
12	Hanung Baskoro	4	4	4	4	16	Baik
13	Helke Mansumbauw	5	4	5	4	18	Sangat Baik
14	Irene De Queluew	3	3	3	2	11	Kurang
15	Joendirik Taune	4	4	3	3	14	Baik
16	Muhaimin Iskandar T	5	5	5	5	20	Sangat Baik
17	Mulia Paus	4	5	4	5	18	Sangat Baik
18	Satrio	4	4	4	4	16	Baik
19	Rasid Riski	3	4	3	3	13	Cukup
20	Andi	5	5	5	4	19	Sangat Baik

Tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik berada pada klasifikasi “Sangat Baik”, setelah pemberian skor peneliti kemudian membuat tabulasi dan menganalisis skor tersebut dalam persentase. Skor tersebut diklasifikasikan menjadi 5 level sebagai berikut :

Tabel 4.6 Klasifikasi Pemberian Skor

Jumlah Passing	Kategori
17-20 kali	Sangat Baik
13-16 kali	Baik
9-12 kali	Cukup
5-8 kali	Kurang
0-4 kali	Sangat Kurang

Tabel 4.7
Statistik Deskriptif Data Pretest Kemampuan Passing Atas

Statistik	Nilai
Jumlah Siswa (N)	20
Skor Tertinggi	20
Skor Terendah	11
Rentang (Range)	9
Rata-rata (Mean)	16,6
Median	17
Modus	19
Standar Deviasi (SD)	2,77

Berdasarkan Tabel 4.7 di atas, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) kemampuan passing atas setelah diberikan perlakuan adalah 16,6 kali dengan standar deviasi 2,77. Nilai tertinggi yang diperoleh siswa adalah 20 kali, sedangkan nilai terendah adalah 11 kali, sehingga rentang data (range) adalah 9 kali. Nilai tengah (median) berada pada angka 17 kali dan nilai yang paling sering muncul (modus) adalah 19 kali.

Distribusi frekuensi data posttest berdasarkan kategori kemampuan passing atas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.8
Distribusi Frekuensi Data Posttest Berdasarkan Kategori

Klasifikasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Baik	18–20	8	40%
Baik	15–17	6	30%
Cukup	12–14	4	20%
Kurang	≤11	2	10%
Total	-	20	100%

Berdasarkan Tabel 4.8 di atas, dapat diketahui bahwa setelah diberikan perlakuan, terjadi perubahan distribusi kategori kemampuan passing atas. Sebanyak 2 siswa (6,67%) berada pada kategori sangat baik, 8 siswa (26,67%) berada pada kategori baik, 16 siswa (53,33%) berada pada kategori cukup, 4 siswa (13,33%) berada pada kategori kurang, dan tidak ada siswa yang berada pada kategori sangat kurang. Data ini

menunjukkan adanya peningkatan kemampuan passing atas siswa setelah diberikan perlakuan.

3. Perbandingan Data Pretest dan Posttest

Untuk melihat perbedaan hasil pretest dan posttest secara lebih jelas, berikut disajikan tabel perbandingan :

Tabel 4.9 Perbandingan Data Pretest dan Posttest

No	Nama Siswa	Pretest	Posttest	Selisih (Δ)	Keterangan Peningkatan
1	Abdul Erare	18	20	+2	Meningkat
2	Adella	16	19	+3	Meningkat
3	Aisyah Lestari	13	16	+3	Meningkat
4	Ajeng A. Sia	10	15	+5	Meningkat
5	Anispa	7	13	+6	Meningkat
6	Deliano Ernes Pais	15	19	+4	Meningkat
7	Delvia E. Huliselan	12	16	+4	Meningkat
8	Dea Rasti Ananta	9	12	+3	Meningkat
9	Dzul Aziz Faturahmi	19	20	+1	Meningkat
10	Gloria Kamanasa	14	17	+3	Meningkat
11	Halima Ruminsir	11	13	+2	Meningkat
12	Hanung Baskoro	11	16	+5	Meningkat
13	Helke Mansumbauw	15	18	+3	Meningkat
14	Irene De Queluew	6	11	+5	Meningkat
15	Joendirik Taune	10	14	+4	Meningkat
16	Muhaimin Iskandar T	20	20	0	Tetap
17	Mulia Paus	16	18	+2	Meningkat
18	Satrio	13	16	+3	Meningkat
19	Rasid Riski	9	13	+4	Meningkat
20	Andi	18	19	+1	Meningkat

Tabel 4.10
Statistik Deskriptif Data Perbandingan Data Pretest dan Posttest

Statistik	Pretest	Posttest	Selisih
Skor Tertinggi	20	20	-
Skor Terendah	6	11	+5
Rata-rata (Mean)	13,15	16,6	+3,45
Median	13	17	+4
Modus	13	19	+6
Standar Deviasi	4,10	2,77	-1,33

Berdasarkan Tabel 4.10 di atas, terlihat jelas bahwa terdapat peningkatan pada semua aspek statistik deskriptif. Rata-rata kemampuan passing atas meningkat dari 13,15 kali menjadi 16,6 kali atau meningkat sebesar 3,45 kali. Nilai tertinggi meningkat dari 20 kali, dan nilai terendah juga meningkat dari 6 kali menjadi 11 kali.

Tabel 4.11
Perbandingan Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori

Klasifikasi	Pretest (Frekuensi / %)	Posttest (Frekuensi / %)	Perubahan
Sangat Baik (18–20)	4 siswa / 20%	8 siswa / 40%	+20%
Baik (15–17)	4 siswa / 20%	6 siswa / 30%	+10%
Cukup (11–14)	6 siswa / 30%	4 siswa / 20%	-10%
Kurang (≤ 10)	6 siswa / 30%	2 siswa / 10%	-20%

Tabel 4.6 menunjukkan pergeseran kategori yang signifikan dari kategori rendah (kurang dan sangat kurang) ke kategori yang lebih tinggi

(cukup, baik, dan sangat baik). Hal ini mengindikasikan bahwa perlakuan yang diberikan memberikan dampak positif terhadap kemampuan passing atas siswa.

2. Hasil Uji Prasyarat Analisis

Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan statistik parametrik.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pretest dan posttest berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dengan bantuan program SPSS versi 25. Kriteria pengujian adalah jika nilai signifikansi (p-value) $> 0,05$ maka data berdistribusi normal, sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

Tabel 4.11
Hasil Uji Normalitas Data Pretest dan Posttest

Data	Shapiro-Wilk Statistic	Df	Sig. (p-value)	Kesimpulan
Pretest	0,973	20	0,824	Normal
Posttest	0,931	20	0,163	Normal

Berdasarkan Tabel 4.11 di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (p-value) untuk data pretest adalah 0,824 dan untuk data

posttest adalah 0,163. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,824 > 0,05$ dan $0,163 > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest berdistribusi normal. Menurut Ghozali (2018:161), data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi dari uji normalitas lebih besar dari 0,05.

Hasil uji normalitas yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal mengindikasikan bahwa data penelitian memenuhi asumsi normalitas, sehingga analisis dapat dilanjutkan menggunakan statistik parametrik yaitu uji-t berpasangan (*paired sample t-test*).

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data pretest dan posttest homogen atau tidak. Pengujian homogenitas dalam penelitian ini menggunakan Levene's Test dengan bantuan program SPSS versi 25. Kriteria pengujian adalah jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka varians data homogen, sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka varians data tidak homogen.

Tabel 4.12
Hasil Uji Homogenitas Data Pretest dan Posttest

Levene Statistic	df1	df2	Sig. (p-value)	Kesimpulan
2,545	20	20	0,119	Homogen

Berdasarkan Tabel 4.12 di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (p-value) dari uji homogenitas adalah 0,119. Nilai

signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,119 > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data pretest dan posttest adalah homogen. Santoso (2018:267) menyatakan bahwa data memiliki varians yang homogen jika nilai signifikansi dari Levene's Test lebih besar dari 0,05.

Hasil uji homogenitas yang menunjukkan bahwa varians data homogen mengindikasikan bahwa data penelitian memenuhi asumsi homogenitas varians, sehingga uji hipotesis menggunakan uji-t berpasangan dapat dilakukan dengan valid.

c. Hasil Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat analisis terpenuhi (data berdistribusi normal dan homogen), selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan Volsal terhadap kemampuan passing atas bola voli. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji-t berpasangan (paired sample t-test) dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hipotesis statistik yang diuji adalah:

- H_0 : Tidak ada pengaruh yang signifikan permainan Volsal terhadap kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong
- H_1 : Ada pengaruh yang signifikan permainan Volsal terhadap kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong

Kriteria pengujian:

- Jika nilai signifikansi (p-value) $< 0,05$ atau $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima
- Jika nilai signifikansi (p-value) $> 0,05$ atau $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak

Tabel 4.13
Hasil Uji-t Berpasangan (Paired Sample T-Test)

Paired Differences	Mean	SD	Std. Error Mean	t hitung	df	Sig. (2-tailed)
Posttest - Pretest	3.150	1.531	0,342	9.200	19	0,000

Berdasarkan Tabel 4.13 di atas, dapat diketahui bahwa:

1. **Mean (rata-rata perbedaan) = 3.150**

Nilai ini menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan kemampuan passing atas dari pretest ke posttest adalah 3.150 kali passing.

2. **Standar Deviasi (SD) = 1,531**

Nilai ini menunjukkan variabilitas atau sebaran data perbedaan antara pretest dan posttest.

3. **Nilai t hitung = 9.200**

Dengan df (degree of freedom) = 19, maka nilai t tabel pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$) untuk uji dua pihak adalah 3.150. Karena $t \text{ hitung} (9.200) > t \text{ tabel} (3.150)$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

4. **Nilai Signifikansi (p-value) = 0,000**

Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest.

Berdasarkan hasil uji-t berpasangan di atas, dapat disimpulkan bahwa **terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan Volsal terhadap kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong**. Hal ini ditunjukkan oleh nilai t hitung yang lebih besar dari t tabel ($9.200 > 3.150$) dan nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima.

Menurut Priyatno (2018:95), apabila nilai signifikansi dari uji-t berpasangan lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Dalam konteks penelitian ini, perbedaan yang signifikan tersebut menunjukkan bahwa permainan Volsal efektif dalam meningkatkan kemampuan passing atas bola voli siswa.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan Volsal (Voli Sasaran Lempar) terhadap kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh temuan bahwa permainan Volsal memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing atas bola voli siswa. Pembahasan hasil penelitian ini akan menguraikan secara mendalam tentang temuan-temuan penelitian dan mengaitkannya dengan teori-teori yang relevan.

1. Kondisi Awal Kemampuan Passing Atas Siswa

Hasil pretest menunjukkan bahwa kemampuan passing atas siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong sebelum diberikan perlakuan masih tergolong rendah. Rata-rata kemampuan passing atas siswa hanya mencapai 13.15 kali dengan mayoritas siswa (30%) berada pada kategori kurang dan 30% berada pada kategori cukup. Hanya 20 % siswa yang berada pada kategori baik.

Rendahnya kemampuan passing atas siswa pada kondisi awal ini sejalan dengan pernyataan Ahmadi (2017:22) yang menyatakan bahwa passing atas merupakan teknik yang cukup sulit untuk dikuasai oleh siswa Sekolah Dasar karena memerlukan koordinasi mata-tangan yang baik, timing yang tepat, dan kekuatan pergelangan tangan yang memadai. Selain itu, Muhajir (2007:25) juga menjelaskan bahwa siswa SD seringkali mengalami kesulitan dalam melakukan passing atas karena kurangnya pengalaman dan latihan yang memadai.

Kondisi ini juga diperkuat oleh hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa pembelajaran bola voli di SD Negeri 16 Kabupaten Sorong masih menggunakan metode konvensional yang bersifat monoton dan kurang menarik bagi siswa. Pembelajaran yang kurang variatif menyebabkan siswa merasa bosan dan kurang termotivasi untuk berlatih, sehingga perkembangan keterampilan passing atas menjadi tidak optimal. Hal ini sesuai dengan pendapat Husdarta dan Yudha (2017:4) yang menyatakan bahwa

pembelajaran yang monoton dan kurang menyenangkan dapat menghambat perkembangan keterampilan motorik anak.

2. Peningkatan Kemampuan Passing Atas Setelah Perlakuan

Setelah diberikan perlakuan berupa permainan Volsal sebanyak 12 kali pertemuan selama 6 minggu, terjadi peningkatan yang signifikan pada kemampuan passing atas siswa. Rata-rata kemampuan passing atas meningkat dari 13,15 kali menjadi 16,6 kali atau meningkat sebesar 3,45 kali (57,27%). Distribusi kategori kemampuan juga mengalami pergeseran positif, di mana 40% siswa mencapai kategori sangat baik, 30% mencapai kategori baik, dan 20% berada pada kategori cukup. Hanya 10% siswa yang masih berada pada kategori kurang dan tidak ada siswa pada kategori sangat kurang.

Peningkatan kemampuan passing atas ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor:

a. Faktor Pengulangan dan Intensitas Latihan

Permainan Volsal dirancang sedemikian rupa sehingga siswa melakukan pengulangan gerakan passing atas dengan frekuensi yang tinggi dalam suasana yang menyenangkan. Menurut Schmidt dan Lee (2011:346), pengulangan gerakan merupakan kunci utama dalam pembelajaran keterampilan motorik. Semakin sering gerakan diulang dengan benar, semakin kuat jalur neural yang terbentuk, sehingga gerakan menjadi semakin otomatis dan efisien.

Dalam permainan Volsal, setiap siswa mendapat kesempatan yang lebih banyak untuk melakukan passing atas dibandingkan dengan

pembelajaran konvensional. Hal ini sesuai dengan prinsip *time on task* yang dikemukakan oleh Siedentop (1991:89), yaitu semakin banyak waktu yang digunakan siswa untuk melakukan aktivitas motorik yang relevan, semakin besar kemungkinan terjadi peningkatan keterampilan.

b. Faktor Motivasi dan Kesenangan

Permainan Volsal menggunakan pendekatan bermain yang membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan menarik bagi siswa. Menurut Tedjasaputra (2001:15), bermain merupakan kebutuhan intrinsik anak yang dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan dalam pembelajaran. Ketika siswa merasa senang dan termotivasi, mereka akan lebih fokus dan bersemangat dalam berlatih, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

Hasil observasi selama penelitian menunjukkan bahwa siswa sangat antusias dan aktif selama mengikuti permainan Volsal. Mereka terlihat lebih berani mencoba, tidak mudah menyerah ketika gagal, dan terus berusaha untuk memperbaiki kemampuannya. Hal ini sejalan dengan teori *self-determination* yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (2000:227), yang menyatakan bahwa motivasi intrinsik yang timbul dari kesenangan dalam melakukan aktivitas akan meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar.

c. Faktor Modifikasi Pembelajaran

Permainan Volsal merupakan bentuk modifikasi pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa Sekolah Dasar.

Modifikasi dilakukan pada aspek ukuran lapangan, tinggi net, jenis bola, dan aturan permainan, sehingga siswa dapat melakukan passing atas dengan lebih mudah dan percaya diri.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen melalui desain *One Group Pretest-Posttest* pada 20 siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong, serta analisis data statistik menggunakan Uji *Paired Sample T-Test* (Uji-T Sampel Berpasangan), maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan permainan **Volsal (Voli Sasaran Lempar)** terhadap kemampuan *passing* atas bola voli siswa kelas V SD Negeri 16 Kabupaten Sorong.
2. Terjadi peningkatan rata-rata kemampuan *passing* atas bola voli setelah diberikan perlakuan permainan Volsal. Rata-rata skor **Pretest** (sebelum perlakuan) adalah **13,15 kali**. Rata-rata skor **Posttest** (setelah perlakuan) adalah **16,6 kali**. Peningkatan rata-rata (**Selisih**) adalah **3,45 kali**
3. Terjadi pergeseran positif yang signifikan pada klasifikasi keterampilan siswa: Pada **Pretest**, mayoritas siswa berada pada kategori **Cukup (30%)** dan **Kurang (30%)**.
4. Pada **Posttest**, mayoritas siswa bergeser ke kategori **Sangat Baik (40%)** dan **Baik (30%)**. Data ini secara jelas menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *passing* atas siswa setelah diberikan perlakuan.

5. Dengan hasil Uji *Paired Sample T-Test* (yang memenuhi kriteria Sig. (2-tailed) < 0,05), **Hipotesis Nol (H0) ditolak** dan **Hipotesis Alternatif (Ha) diterima**. Hal ini menguatkan bahwa perbedaan kemampuan *passing* atas antara sebelum dan sesudah perlakuan adalah nyata (signifikan), sehingga permainan Volsal efektif meningkatkan kemampuan *passing* atas bola voli.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan temuan penelitian, berikut adalah saran-saran yang relevan untuk pihak terkait :

1. Guru PJOK disarankan untuk menggunakan permainan Volsal sebagai salah satu variasi metode pembelajaran dalam mengajarkan teknik dasar *passing* atas bola voli di tingkat Sekolah Dasar. Permainan Volsal terbukti efektif karena adanya modifikasi alat dan aturan yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan motorik siswa SD. Guru disarankan untuk aktif memodifikasi permainan lain agar pembelajaran lebih menyenangkan dan mudah dipahami siswa.
2. Sekolah perlu memberikan dukungan penuh terhadap ketersediaan sarana dan prasarana yang mendukung modifikasi pembelajaran, seperti bola yang lebih ringan (bola karet/plastik) atau penyesuaian ketinggian net/target sasaran. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi sekolah dalam rangka meningkatkan mutu pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan lebih lanjut permainan Volsal ini untuk keterampilan bola voli lainnya (seperti *passing* bawah atau *service*) atau untuk cabang olahraga lain yang dapat dimodifikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, D. (2013). SURVEI PROSES PELAKSANAAN EVALUASI PEMBELAJARAN PENjas OLAHRAGA dan KESEHATAN oleh GURU di SMP NEGERI Se KECAMATAN KARANGANYARKABUPATEN KEBUMEN. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(6).
- Anggara, F. (2021). Evaluasi Tingkat Pembelajaran Pendidikan Jamani, Olahraga & Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 1, 37-45.
- Aprilianto, D., Husin, S., & Suranto, S. (2017). Koordinasi Mata-Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 5(1).
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. dkk. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Beutelstahl, D. (2013). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya.
- Brady, G.F. (1945). Preliminary Investigation of Volleyball Playing Ability. *Research Quarterly*, 16(1), 14-17.
- Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2020). Erratum: Penerapan Pendekatan Taktis Dalam Pembelajaran Bola Tangan. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 5(1), 115
- Budiwanto, S. (2017). *Metode Statistika*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Depdiknas. 2003. *Peningkatan Kualitas Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Depdiknas. 2003. *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah dasar Kurikulum 2004*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Fraenkel, J.R., & Wallen, N.E. (2009). *How to Design and Evaluate Research in Education* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.

- Liku, E., Limbong, M., & Tambunan, W. (2021). Analisis Kemampuan Guru Dalam Perencanaan Pembelajaran PPKn Pada Tatap Muka Masa Pandemi Covid-19 di SMPN 2 Rantepao. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 10(2), 91-99.
- Lisa, Hidasari, F. P., & Haetami, M. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Permainan Volsal Pada Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.26418/jppk.v7i1.23299>
- Lubis, A. E., & Agus, M. (2017). Peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, <https://doi.org/10.21831/jpji.v13i2.21028>
- M. Yunus. 1992. *Olahraga Bolavoli*. Jakarta : Departmen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Mahardika, I. M. G. A., Marhaeni, A., & Program, K. W. (2015). Pengaruh variasi pelatihan passing terhadap kemampuan melakukan passing atas pada permainan bola voli pada siswa SMALB SLB B Negeri Sidakarya Tahun ajaran 2014/2015. *E-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.23887/jpepi.v5i1.1547>
- Mahmud, H. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Nurhasan, & Cholil, D. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI.
- Nuril, Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Permendikbud Nomor 67 Tahun 2013 tentang Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah.
- Poerwanti, Endang dkk. 2008. *Asesmen Pembelajaran SD*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Priyatno, D. (2018). *SPSS: Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa dan Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Rahayu, E. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

- Reynaud, C. (2011). *Technical and Tactical Skills Volleyball Coaching*. Champaign: Human Kinetics.
- Riadi, A. (2018). Kompetensi Guru dalam pelaksanaan evaluasi pembelajaran. *ITTIHAD*, 15(28), 52-67.
- Sahadi Anwarudin, 2011 *Berlatih Olahraga Permainan Bola Besar*. PT Wadah Ilmu..
- Santoso, S. (2018). *Mahir Statistik Parametrik: Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Saputra, Deka Ismi Mori, and Gusniar Gusniar. 2019. “Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Bermain Melempar Bola.” *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)* 3(1):64–73. doi: 10.31539/jpjo.v3i1.862
- Sistiasih, V. S., & Pradana, S. R. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi)*, 5(2), 571–580. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2>
- Soemitro. 1992. *Permainan kecil*. Jakarta : Depdikbud.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono.(2014) *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. In *Metode Penelitian Ilmiah*.
- Suharno HP. (1985). *Dasar Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta. IKIP
- Sulaksono, G., & Wibowo, A. (2021). Studi Deskriptif Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Tingkat SMA Kelas XI Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7, 82-90.
- Sumarna, D., & Hidayat, A. (2020). Latihan Passing Menggunakan Bola Basket Dalam Meningkatkan Kualitas Passing Atas Bola Voli. *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Da*
- Susila, D., & Zulkifli.(2023). Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Passing Atas Permainan Bola Voli Melalui metode variasi Siswa Kelas IX SMP PGRI

Pekanbaru. Integrated Sport Jurnal, 01(02), 88–98.

<https://doi.org/10.44231/ISJ.v1i2.2215>

Yu, J., & Jae, Y. (2020). Analysis of Online Classes in Physical Education During the Covid-19 Pandemic. Article Education Sciences, 1 14. Retrieved from

<https://dx.doi.org/10.3390/educsci11010003>

Yusmar, A. (2017). Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X Sma Negeri 2 Kampar. JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran), 1(1), 143. <https://doi.org/10.33578/pjr.v1i1.4381>

LAMPIRAN-LAMPIRAN

MODUL AJAR PJOK KELAS V

PASSING ATAS BOLA VOLI

1. INFORMASI UMUM

- **Nama Penyusun** : Dorkas Way
- **Jenjang/Kelas** : Sekolah Dasar / V
- **Fase Capaian** : C
- **Domain** : Keterampilan Gerak (Permainan Bola Besar)
- **Elemen Capaian Pembelajaran (CP)** :
Menjelaskan dan mempraktikkan keterampilan gerak spesifik (lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif) dalam permainan bola voli, termasuk passing atas, serta menunjukkan perilaku tanggung jawab dan sportif.

2. KOMPONEN INTI

A. Tujuan Pembelajaran (TP)

1. Peserta didik mampu **menjelaskan konsep** dan **prosedur** dasar keterampilan gerak *passing* atas bola voli.
2. Peserta didik mampu **mempraktikkan** keterampilan *passing* atas secara berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
3. Peserta didik mampu **menerapkan** *passing* atas dalam bentuk permainan modifikasi (*Volsal*).
4. Peserta didik menunjukkan sikap **kerja sama, tanggung jawab**, dan **disiplin** selama proses pembelajaran.

B. Indikator Keberhasilan

1. Melakukan posisi awal, perkenaan, dan gerak lanjutan *passing* atas dengan benar.
2. Mampu melakukan *passing* atas secara *mandiri* minimal 10 kali berturut-turut ke sasaran.
3. Mampu mempertahankan bola di udara menggunakan *passing* atas dalam permainan Volsal.

3. RANCANGAN PEMBELAJARAN (6 PERTEMUAN)

Pertemuan	Topik Utama & Sub-Materi	Alokasi Waktu	Metode Pembelajaran & Fokus Utama
1	Pengenalan & Gerak Dasar Tanpa Bola	70 menit	Fokus : Koordinasi jari, lengan, dan kaki. Aktivitas : <i>Review</i> gerak dasar lokomotor & non-lokomotor. Latihan <i>shadow passing</i> atas (posisi "mangkuk" jari, lutut ditekuk, dorongan) ² .
2	Kontak Bola dan Adaptasi Alat (Modifikasi)	70 menit	Fokus : Keberanian dan rasa bola. Modifikasi : Menggunakan bola karet/bola plastik/balon (alat lebih ringan) ³ . Aktivitas : <i>Passing</i> atas mandiri (ke atas) dan <i>passing</i> atas berpasangan jarak dekat.
3	Keterampilan Berpasangan Statis	70 menit	Fokus : Akurasi dan kontrol bola. Aktivitas : <i>Passing</i> atas berpasangan di tempat (jarak 2-3 meter). Latihan <i>passing</i> atas melewati target (simulasi net rendah).
4	Keterampilan Berpasangan Dinamis & Volsal Tahap I	70 menit	Fokus : Gerakan dan <i>timing</i> (waktu) bola. Aktivitas : <i>Passing</i> atas bergerak maju-mundur. Permainan Modifikasi : Volsal (Tahap I) - Voli dengan net rendah atau target besar, wajib <i>passing</i> atas dua kali sebelum melewati net.

5	Penerapan Keterampilan dalam Volsal Tahap II	70 menit	Fokus: Kerjasama dan keputusan. Aktivitas: Permainan Volsal (Tahap II) - Area permainan diperluas atau net dinaikkan sedikit. Penekanan pada <i>passing</i> sebagai umpan kepada teman. <i>Drill</i> umpan-smash modifikasi.
6	Asesmen Keterampilan dan Permainan Inti	70 menit	Fokus: Evaluasi dan <i>Game Situation</i> . Aktivitas: Asesmen Praktik (<i>Passing</i> atas ke sasaran 10 kali). Permainan voli sederhana (3 vs 3) dengan aturan wajib <i>passing</i> atas minimal 1 kali.

4. ASESMEN (PENILAIAN)

Aspek Penilaian	Teknik Penilaian	Instrumen	Keterangan
Sikap (Afektif)	Observasi	Jurnal Pengamatan	Disiplin, tanggung jawab, kerjasama (dinilai setiap pertemuan) ⁵ .
Pengetahuan (Kognitif)	Tes Tulis/Lisan	Soal Uraian Singkat	Menjelaskan konsep dan prosedur <i>passing</i> atas (P1 & P6).
Keterampilan (Psikomotor)	Tes Praktik	Rubrik Penilaian Unjuk Kerja	Dinilai pada P6: Posisi siap, perkenaan jari, dorongan lengan, dan akurasi ke sasaran.

RUBRIK PENILAIAN

PENGARUH PERMAINAN VOLSAL TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 16 KABUPATEN SORONG

A. Aspek Penilaian Kriteria

No	Aspek Yang di Nilai	Indikator Penilaian	Kriteria Penilaian	Skor
1	Sikap Awal	Posisi Kaki Terbuka dan Stabil Lutut sedikit di Tekuk Fokus Ke Bola	4 = Sangat Tepat dan Siap 3 = Tepat, Kadang Kurang Stabil 2 = Kurang Tepat 1 = Tidak Siap	1-4
2	Posisi Tangan & Jari	Jari Terbuka Segitiga Berbentuk Tidak Mengenai Telapak	4 = Sangat Tepat, Lentur 3 = Tepat, agak kaku 2 = Kurang Tepat 1 = Salah posisi	1-4
3	Kontak Bola	Bola Kena Ujung Jari Doron Ke atas	4 = Tepat & Kontrol sangat baik 3 = Cukup tepat 2 = Kurang Tepat 1 = Salah Kontak	1-4
4	Follow Through	Lengan Mengikuti Bola Tubuh Naik Sedikit	4 = Sangat baik & Konsisten 3 = Baik 2 = Kurang Tepat 1 = Tidak Benar	1-4
5	Ketepatan & Konsisten	Arah Stabil Sesuai Target	4 = 85-100% Tepat 3 = 70-84% Tepat 2 = 55-69% Tepat 1 = <55% Tepat	1-4

Kriteria Kelulusan :

4 = Sangat Baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang

B. Format Lembar Penilaian

Lembar penilaian passing atas bola voli kelas V

No	Nama Siswa	Sikap Awal (1–4)	Posisi Tangan (1–4)	Kontak Bola (1–4)	Follow Through (1–4)	Ketepatan Konsistensi (1–4)	Jumlah	Nilai Akhir
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Rumus Nilai Akhir :

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{20} \times 100$$

C. Kriteria Kelulusan

Rentang Nilai	Kategori
85–100	Sangat Baik
75–84	Baik
60–74	Cukup
< 60	Perlu Bimbingan

D O K U M E N T A S I



Membawa Surat Ijin sekaligus melaporkan diri untuk Melakukan Penelitian kepada Kepala SD Negeri 16 Kabupaten Sorong



Kegiatan Awal Pembelajaran, Pada Kegiatan Ini Peneliti mengecek kehadiran Peserta Didik Kelas V



Kegiatan Awal Pembelajaran, Peneliti Melakukan Kegiatan Pemanasan bersama Peserta Didik Kelas V



Peneliti Mempraktekan gerak dasar Passing Atas bersama Peserta Didik Kelas V



Kegiatan Permainan Voli Sasaran Lempar Peserta Didik Kelas V