PENGARUH PERMAINAN SASARAN TEMBAK TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* ATAS BOLA VOLI PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 2 KAMPAR

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Oleh:

FATMA YUNI
NIM. 1985201020

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
BANGKINANG

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang Berjudul:

PENGARUH PERMAINAN SASARAN TEMBAK TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* ATAS BOLA VOLI PADA PESERTA DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 2 KAMPAR

Disusun oleh:

Nama : Fatma Yuni
NIM : 1985201020
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Bangkinang, 10 Juli 2023

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	**Pembimbing II**
Iska Noviardila, M.Pd.	**Vigi Indah Permatha Sari, M.Pd.**
NIP TT. 096.542.166	**NIP TT. 096.542.179**

Menetahui

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan	**Program Studi PENJASKESREK**
Dekan,	**Ketua,**
Dr. Nurmalina,M.Pd.	**Iska Noviardila, M.Pd.**
NIP TT. 096 542 104	**NIP TT. 096.542.166**

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan tim penguji skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Judul: **Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar**

Nama : Fatma Yuni
NIM : 1985201020
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Tim Penguji

No		Nama	Tanda Tangan
1	Ketua	Iska Noviardila, M.Pd..	(.....)
2	Sekretaris	Vigi Indah Permatha Sari, M.Pd.	(.....)
3	Anggota I	Dedi Ahmadi, M.Pd.	(.....)
4	Anggtoa II	Putri Asilestari, M.Pd.	(.....)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: "**Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar"** ini dan seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan tersebut saya siap menanggung resiko yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya.

Kampar, 10 Juli 2023
Yang Menyatakan

Fatma Yuni
NIM:1985201020

ABSTRAK

Fatma Yuni : 2023 **Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli Pada Peserta Didik Kelas Xi Sma Negeri 2 Kampar**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh salah satu teknik dasar permainan bola voli yang sangat penting, yaitu teknik dasar pasing. Teknik pasing ini ada dua, yaitu pasing atas dan pasing bawah. Pasing atas merupakan kunci dasar dalam permainan bola voli. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kemampuan pasing atas, maka dibutuhkan pengembangan permainan, salah satunya adalah permainan sasaran tembak. Tujuan yang akan dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar**.** Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen, desain quasi eksperimen, dengan rancangan one group pretest-postrest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di Kelas XI IPA 1 dan XI IPS 1 yaitu sebanyak 49 orang. Adapun teknik pengambilan sampel adalah dengan menggunakan sampel jenuh atau sensu. Berdasarkan pada uji Paired Sample T-Test, maka dapat dilihat dari nilai t_{hitung} (14.827) > t_{tabel} (2.01063) dan nilai sig. 0.000 < 0.05. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar. Pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan pasing atas peserta didik sebesar 93.3%. Berdasarkan pada hasil penelitian ini, maka diharapkan sekolah dan guru lebih mengembangkan permainan yang dapat meningkatkan kemampuan pasing atas, serta peserta didik senantiasai berlatih dengan menggunakan sasaran tembak untuk meningkatkan kemampuan pasing atas dalam permainan bola voli.

Kata Kunci: Pasing atas, permainan sasaran tembak

ABSTRACT

Fatma Yuni : The effect of Shooting Target Games on the Passing Ability
2023 of Volleyball at Class XI Students SMA Negeri 2 Kampar

This research is motivated by one of the most important volleyball basic techniques, namely the basic technique of passing. There are two passing techniques, namely the upper pass and the lower pass. Passing over is the basic key in the game of volleyball. Therefore, to improve the ability of the upper pass, game development is needed, one of which is the target shooting game. The aim of this study was to determine and analyze the effect of target shooting games on the passing ability of volleyball in Class XI students at SMA Negeri 2 Kampar. This type of research is experimental research, quasi-experimental design, with one group pretest-postrest design. The population in this study was all students in Class XI IPA 1 and XI IPS 1, namely 49 people. The sampling technique is to use a saturated sample or sensu. Based on the Paired Sample T-Test, it can be seen from the t count (14.827) > t table (2.01063) and the sig. 0.000 < 0.05. Thus, it can be concluded that there is an influence of target shooting games on the passing ability of volleyball in Class XI students of SMA Negeri 2 Kampar. The effect of target shooting games on students' passing ability is 93.3%. Based on the results of this study, it is hoped that schools and teachers will develop more games that can improve upper passing abilities, and students will always practice using target shooting to improve upper passing abilities in volleyball games.

Keywords: Passing over, Target Shooting Game

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan atas kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam peneliti kirimkan kepada junjungan alam Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari zaman jahiliyah menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan yang kita rasakan seperti saat ini. Skripsi yang berjudul: **"Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar"** merupakan hasil karya ilmiah yang ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Jasmanai Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Pada Kesempatan ini perkenankanlah saya untuk menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba ilmu dan melaksanakan penelitian.
2. Dr. Nurmalina,M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba ilmu dan melaksanakan penelitian.
3. Iska Noviardila, M.Pd, Selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

sekaligus selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta motivasi kepada peneliti untuk melakukan penelitian.

4. Vigi Indah Permatha Sari, M.Pd selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta motivasi kepada peneliti untuk melakukan penelitian
5. Dedi Ahmadi, M.Pd.,selaku penguji I yang telah banyak memberikan masukan dan arahan pada saat sidang, sehingga penulis bisa menjadikan masukan dan arahan tersebut untuk kesempurnaan skripsi ini.
6. Putri Asilestari.,selaku penguji II yang telah banyak memberikan masukan dan arahan pada saat sidang, sehingga penulis bisa menjadikan masukan dan arahan tersebut untuk kesempurnaan skripsi ini
7. Dr. Hj. Yanti Dasrita, M.Si Selaku Kepala Sekolah SMA N 2 Kampar yang telah banyak membantu dan memberikan kemudahan kepada peneliti untuk melakukan kegiatan penelitian dan memberikan data sesuai dengan kebutuhan.
8. Seluruh Keluarga besar dan Teman-teman yang telah banyak memberikan dorongan dan motivasi serta do'a kepada peneliti, sehingga dapat menyeelsaikan Skripsi penelitian ini.

Akhirnya, semoga setiap bantuan yang peneliti terima dari berbagai pihak akan mendapatkan balasan kebaikan berlipat ganda dari Allah SWT. Aamiin aamiin ya rabbal ‘alamin.

Bangkinang April 2023

FATMA YUNI
NIM. 1985201020

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN
LEMBAR PENGESAHAN
PERNYATAAN
ABSTRAK ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 7
E. Definisi Operasional 8

BAB II KAJIAN PUSTAKA **9**
A. Pembelajaran Pendidikan Jasmani 9
B. Permainan Bola Voli 13
C. Permainan Sasaran Tembak 23
D. Penelitian Relevan 27
E. Kerangka Pemikiran 29
F. Hipotesis 31

BAB III METODE PENELITIAN **32**
A. Desain Penelitian 32
B. Tempat dan Waktu Penelitian 32

C. Populasi Dan Sampel 34
D. Sumber Data, Variabel, dan Skala Pengukuran 36
E. Teknik Pengumpulan Data 38
F. Validasi Instrumen Penelitian 40
G. Teknik Analisa Data 42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 46
A. Hasil Penelitian 46
1. Analisis Deskriptif 46
2. Uji Homogenitas 48
3. Uji Normalitas 49
4. Uji Hipotesis 50
B. Pembahasan 52

BAB V PENUTUP 59
A. Kesimpulan 59
B. Saran 59

DAFTAR PUSTAKA 62
LAMPIRAN 65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Desain Penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*	33
Tabel 3.2.	Populasi Penelitian	34
Tabel 3.3.	Sampel Penelitian	35
Tabel 3.4.	Instrumen Penelitian	39
Tabel 3.5.	Interval Kategori Kemampuan Siswa Dalam Mempraktikkan Keterampilan Teknik Dasar *Passing*	40
Tabel 4.1:	Distribusi Frekuensi Kemampuan Pasing Atas Responden pada Kelompok Pre test	47
Tabel 4.2:	Distribusi Frekuensi Kemampuan Pasing Atas Responden pada Kelompok Post Test.	47
Tabel 4.3.	Hasil Uji Homogenitas Data Peneltiian	49
Tabel 4.4.	Hasil Uji Normalitas Data	49
Tabel 4.5.	Hasil Uji Hipotesis Paired Sample T-Test	51
Tabel 4.6.	Hasil Uji Persentase Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan Pasing Atas Peserta Didik	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sikap Tangan saat Perkenaan Bola pada *Passing* Atas 19

Gambar 2.2 Posisi Siap Setengah Jongkok pada *Passing* Atas 19

Gambar 2.3 Sikap Perkenaan Bola *Passing* Atas 20

Gambar 2.4. Teknik *Passing* Atas..... 21

Gambar 2.5. Teknik *Passing* Atas dengan Sasaran Tembak (net/tembok). 26

Gambar 2.6. Penampakan Jarak Teknik *Passing* Atas dengan Sasaran Tembak (net/tembok)..... 27

Gambar 2.7. Kerangka Berpikir 31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01:	Hasil Pre Test Kemampuan *Passing* Atas Peserta Didik	65
Lampiran 02:	Silabus Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Kelas XI SMA	67
Lampiran 03:	Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Kelas XI SMA	68
Lampiran 04:	Rekap Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Atas Pre-Test Kelas XI SMA N 2 Kampar	74
Lampiran 05:	Rekap Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Atas Post-Test Kelas XI SMA N 2 Kampar	78
Lampiran 06:	Lembar Observasi Kemampuan *Passing* Atas	82
Lampiran 07:	Daftar Nilai Posttest *Passing* Atas	84
Lampiran 08:	Hasil Olahan Data Dengan SPSS	86
Lampiran 09:	Dokumentasi Penelitian	92

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan karakter dan kebugaran para peserta didik. Pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat mengarahkan peserta didik untuk dapat beraktivitas olahraga secara rutin agar dapat tercipta generasi yang sehat dan kuat. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan pendidikan. Mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Bidang studi pendidikan jasmani memuat beberapa materi diantaranya permainan, kebugaran jasmani, senam, atletik, aktivitas ritmik, akuatik dan kesehatan dan lain-lain.

Pendidikan jasmani dan kesehatan mempunyai tujuan tertentu yaitu untuk meningkatkan kesehatan, kesegaran jasmani dan mengembangkan keterampilan gerak melalui berbagai aktivitas jasmani. Ruang lingkup bahan pengajaran pendidikan jasmani pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar. dan ditekankan pada usaha memacu dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, emosional, mental dan sosial.

Pentingnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam pola pendidikan di Indonesia telah dirumuskan oleh pemerintah dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003. Dengan ditetapkan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai mata pelajaran yang wajib diberikan di sekolah, telah

membuktikan akan pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diajarkan mulai tingkat Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA) dan sederajatnya. Hal tersebut menunjukan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan telah menjadi bagian integral dari keseluruhan pendidikan. Sebagai bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang memiliki kedudukan penting dan strategis dalam pembangunan.

Permainan bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain inti yang dipisahkan oleh net dan bertujuan agar setiap regu melewatkan bola secara teratur melalui atas net sampai bola menyentuh di daerah lawan dan mencegah agar bola yang dilewatkan lawan tidak menyentuh lantai dalam lapangan sendiri. Meskipun sifatnya beregu tetapi kemahiran individu akan mempermudah melakukan kerja sama untuk mencapai hasil akhir yang baik.

Kedudukan dan fungsi permainan bola voli dalam pendidikan adalah sebagai alat atau sarana pendidikan. Sebagai salah satu sarana pendidikan, penguasaan keterampilan bola voli, khususnya anak SD bukan satusatunya tujuan yang hendak dicapai dalam proses pembelajaran, namun ada tujuan-tujuan pendidikan lain yang harus ditumbuhkembangkan dalam diri peserta didik sebagai individu utuh yang sedang tumbuh dan berkembang. Tujuan-tujuan pendidikan tersebut adalah pengembangan seluruh potensi yang dimiliki peserta didik baik yang melibatkan aspek-aspek kognitif, afektif, psikomotor, maupun sosial dalam pengertian yang lebih luas.

Melalui permainan bola voli, seluruh potensi dari seluruh aspek tersebut diyakini berpotensi untuk dapat ditumbuhkembangkan. Sampai batas-batas tertentu, secara intern nilainilai pendidikan potensial dari seluruh aspek tersebut ada dalam permainan bola voli. Seperti misalnya, dengan berlatih dan bermain bola voli itu sendiri, juga dapat ditingkatkan keterampilan fisik, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir, keterampilan sosial, bekerja sama, dan mengembangkan sikap positif dan *fair play*.

Olahraga bola voli terdiri dari berbagai macam bentuk gerakan yang merupakan dasar yang sangat penting yang harus dikuasai dalam permainan. Menurut Ahmadi (2007:19) menyatakan bahwa diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif. Teknik-teknik tersebut meliputi servis, *passing*, *smash* dan sebagainya. Gerakan *passing* merupakan gerakan-gerakan yang paling mendasar yang harus dikuasai agar permainan berjalan lancar dan sempurna.

Permainan bola voli adalah salah satu permainan memukul-mukul bola di udara melewati jaring/net (Edy Sih Miranto 2010:101). Permainan bola voli termasuk permainan bola besar. Tujuan permainan bola voli adalah menjatuhkan bola ke daerah lawan sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola untuk mencari angka. Dalam permainan bola voli, seluruh bagian dapat digunakan asalkan pukulannya tidak ganda/double atau dapat dicapai dengan tiga pukulan. Permainan dimainkan dua regu/tim dan tiap-tiap timnya terdiri atas enam orang pemain.

Permainan bola voli diperlukan penguasaan teknik-teknik dasar seperti servis, *passing* atas dan *passing* bawah *smash* dan blocking. Salah satu teknik

yang penting untuk dikuasai peserta didik adalah *passing* atas bola voli. *passing* atas bola voli merupakan suatu cara untuk memberikan umpan bola serangan terhadap lawan, dimana bola dilambungkan di atas dekat net sehingga memudahkan *smasher* untuk melakukan serangan akhir.

Passing atas adalah cara memainkan bola di atas depan dahi dengan menggunakan jari-jari tangan (Toto Subroto 2009:2.21). *Passing* atas biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun kawan seregu, yang memiliki ciri melambung dan kecepatannya mudah diprediksi. Misalnya bola yang datang dari servise lawan yang melambung, operan teman seregu, atau kadangkala dari bola yang disebrangkan dari pihak lawan (bukan dari servis) yang datang melambung. Di samping itu, *passing* atas juga sering digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti spike dan tipuan ke lawan.

Passing atas biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun kawan seregu, yang memiliki ciri melambung dan kecepatannya mudah diprediksi. Misalnya bola yang datang dari servise lawan yang melambung, operan teman seregu, atau kadangkala dari bola yang disebrangkan dari pihak lawan (bukan dari servis) yang datang melambung. Di samping itu, *passing* atas juga sering digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti spike dan tipuan ke lawan. Ada beberapa kendala yang terjadi di dalam proses pembelajaran *passing* atas permainan bola voli bagi peserta didik, diantaranya hasil belajar peserta didik yang masih banyak berada di bawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu dengan

nilai 72 serta rendahnya minat dan motivasi peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran *passing* atas bola voli sehingga mempengaruhi hasil serta kualitas pembelajaran.

Berdasarkan pengamatan peneliti ternyata dari setiap peserta didik yang ada di Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar, terutama pada kelas XI IPS I dan IPA I, masih banyak Peserta didik yang kurang mampu untuk melaksanakan *Passing* atas dengan baik. Hal ini terlihat dari hasil observasi kepada Peserta didik XI IPS I yang dapat melakukan *passing* atas sesuai dengan standar adalah sebanyak 19 orang sedangkan 10 orang lainnya masih belum dapat melakukan *passing* atas sesuai dengan standar. Sementara itu, untuk kelas XI IPA 1, maka ditemukan bahwa hanya 13 orang anak yang mampu untuk melakukan *passing* atas sesuai dengan standar, sedangkan 7 orang lainnya masih belum dapat melakukan *passing* atas sesuai dengan standar. Adapun beberapa pernasalahan yang menjadi penyebab peserta didik tidak bisa melakukan *passing* atas dengan baik dan benar adalah Kurangnya variasi latihan yang diberikan oleh guru pada peserta didik. Selama ini guru melakukan praktik *passing* atas dengan menggunakan metode mengoper bola pada teman, atau guru melempar bola kepada peserta didik. Permainan bola voly yang dipraktekkan pada pelajaran Penjaskesrek pada Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar selama ini dilakukan dengan metode biasa, yaitu metode ceramah dan latihan dengan cara bermain. Pada saat latihan bermain ini siswa dibagi menjadi dua kelompok, yang mana peserta didik bermain tanpa ada perhatian khusus dari guru untuk menilai kemampuan peserta didi. Kondisi ini

menyebabkan peserta didik kurang terasah kemampuannya, terutama pada kemampuan khusus seperti *passing* bola atas.

Akibat dari kurangnya pengarahan dan pengawasan dari guru pada saat peserta didik praktik bermain voli, menjadikan Peserta didik kurang mengetahui teknik atau cara melakukan *passing* atas dengan baik dan benar. Selama ini, siswa cenderung menggap *passing* atas itu hanya *smash* saja, jadi tidak terlalu memahami tentang teknik *passing* atas yang lainnya. Kondisi ini menjadikan kemampuan peserta didik kurang mampu untuk melakukan *passing* atas dan tidak mengetahui dengan baik tentang *passing* atas.

Ketidaktahuan peserta didik Peserta didik cenderung takut pada saat melakukan *passing* atas. Ketakutan siswa ini dikarenakan ketidakpahaman siswa tentang tata cara *passing* atas yang benar, sehingga mereka takut untuk melakukan *passing* atas, seperti: menggunakan jari untuk mengarahkan bola (gerakan tipu), dan *smash*.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan, maka perlu untuk melakukan inovasi dalam proses pembelajaran, sehingga dapat mencapai sasaran pembelajaran yang diharapkan. Oleh sebab itu peneliti tertarik ingin mengadakan suatu kajian kemampuan teknik dasar melalui suatu penelitian dengan judul: **Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut di atas, maka dapat dirumuskan sebagai berikut: "Apakah terdapat pengaruh permainan sasaran tembak terhadap

kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang akan dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis Kegunaan penelitian ini secara teoritis dan praktis dapat menjadi bahan pertimbangan bagi para calon peneliti yang lain agar dapat mengadakan penelitian yang sejenis.
2. Secara Praktis
    a. Bagi peneliti: penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui seberapa besar pengaruhlatihan *passing* atas pada dinding terhadap keterampilan akurasi *passing*.
    b. Bagi peserta didik: penelitian ini berguna sebagai bentuk latihan alternative dan mengasah hasil akurasi *passing* dalam permainan bola voli.
    c. Penelitian ini dapat dijadikan pedoman maupun acuan dalam menggali penelitian sejenis guna meningkatkan prestasi permainan bola voli pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar.

E. Definisi Operasional

Peneliti perlu menjelaskan beberapa istilah agar judul dan tujuan penelitian ini dapat lebih jelas dan tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda, dimana penjelasan istilah peneliti rangkum dalam definisi operasional, yaitu:

1. Permainan bola voli adalah Permainan beregu di mana melibatkan lebih dari satu orang pemain misalnya bola voli pantai dari dua orang pemain tiap regu, bola voli sistem internasional tiap regu terdiri dari enam pemain**.**
2. *Passing* atas disebut dengan istilah "*volley*" atau "set" dimaksudkan pukulan melambungkan bola sedemikian rupa, sehingga teman kita mendapat kesempatan untuk men *smash* bola tersebut.
3. Permainan di mana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik. Bentuk *Target games* yang dapat dilakukan dalam permainan bola voli adalah dengan melakukan *smash* atau *passing* yang akurat ke sasaran atau target yang dapat mematikan lawan sehingga mendapatkan nilai atau poin. Dalam *Target games* peserta didik didorong mengembangkan kesadaran taktis dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Pembelajaran Pendidikan Jasmani

1. Pengertian Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani secara umum dapat diartikan sebagai pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. Menurut Suherman (2009) dan Budi*, et al*. (2019) menjelaskan bahwa Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindak dan karya yang diberi bentuk, isi, dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. Lebih lanjut menurut Barrow dalam Abduljabar (2011) menerangkan bahwa:

Pendidikan Jasmani dapat didefinsikan sebagai ”pendidikan tentang dan melalui gerak insani ketika tujuan kependidikan dicapai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk: olahraga (*sport*), permainan, senam, dan latihan (*exercise*). Hasil yang ingin dicapai…individu yang terdidik secara fisik. Nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu.

Kontribusi Penjas hanya akan bermakna ketika pengalaman-pengalaman dalam Penjas berhubungan dengan proses kehidupan sesorang secara utuh. Manakala pengalaman Penjas tidak memberikan kontribusi pada pengalaman kependidikan lainnya, maka pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program penjas (Budi *et al.,* 2020; Nur *et al.,* 2020; Suhartoyo *et al*., 2019).

Kebermaknaan pada proses pembelajaran penjas akan terwujud apabila guru memahami tentang tujuan yang ingin dicapai dari pendidikan jasmani, dan mengaplikasikannya kepada peserta didik dalam pembelajaran. Bucher dalam Suherman (2009) menjelaskan bahwa tujuan pendidikan jasamni mencakup empat aspek yaitu:

1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari beberapa organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skillful*).
3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya.
4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat

Terlaksananya proses pembelajaran penjas, terutama dalam pembelajaran olahraga permainan walaupun dengan fasilitas pembelajaran yang kurang mendukung, namun proses pembelajaran tetap harus diberikan dan dilaksanakan sesuai kurikulum. Pembelajaran penjas yang efektif terermin apabila peserta didik dapat terlibat aktif selama pembelajaran dan peserta didik dapat memperoleh pengalaman sukses serta memuaskan dalam setiap kegiatan belajar (Budi, Hidayat, *et al.,* 2019).

Program pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan kepada peserta didik hendaknya memperhatikan tingkat pertumbuhan dan perkembangan kemampuan peserta didik, sehingga pembelajaran efektif dan pengalaman sukses dapat diperoleh oleh peserta didik (Budi, 2015; Sayfei *et al*., 2020). Mengenai hal tersebut Bahagia & Suherman (2000) menjelaskan bahwa: Penyelenggaraan program pendidikan jasmani hakekatnya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu:"*Developmentaly Appropriate Practice*" (DAP), artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajarnya.

Pembelajaran penjas yang diarahkan dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan kemampuan peserta didik akan memberikan hasil positif bagi peserta didik, baik dalam perkembangan kemampuan motorik maupun kepribadian peserta didik (Kusnandar *et al*., 2019; Listiandi *et al*., 2020; Setiawan *et al*., 2020). Selain itu pembelajaran penjas yang didukung dengan inovasi dan modifikasi pembelajaran yang tepat, terutama dengan memodifikasi olahraga permainan dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap proses pembelajaran.

2. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pembelajaran secara umum adalah pembelajaran yang efektif ditandai dengan terjadinya proses belajar dalam diri peserta didik. Pembelajaran yang berhasil menurut Daryanto & Tasrial (2012) Seseorang dikatakan telah

mengalami proses belajar apabila didalam dirinya telah terjadi perubahan, dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak mengerti menjadi mengerti, dan sebagainya.

Proses belajar anak yang menuju kearah positif dan kondusif, guru perlu memfasilitasi melalui kreativitas dengan memvariasikan strategi dalam kegiatan mengajarnya dengan memilih metode yang baik akan merangsang peserta didik akan selau ingin terlibat dalam pembelajaran dan menuju pembelajran yang efektif ke depanya yang dikemukakan Yusuf (2017) Menjelaskan bahwa ada enam ciri pembelajaran yang efektif, yaitu:

1) Peserta didik menjadi pengkaji yang aktif terhadap lingkungannya melalui mengobservasi, membandingkan, menemukan kesamaan-kesamaan dan perbedaan-perbedaan serta membentuk konsep dan generalisasi berdasarkan kesamaan-kesamaan yang ditemukan.
2) Guru menyediakan materi sebagai fokus berpikir dan berinteraksi dalam pelajaran, aktivitas-aktivitas peserta didik sepenuhnya didasarkan pada pengkajian.
3) Guru secara aktif terlibat dalam pemberian arahan dan tuntunan kepada peserta didik dalam menganalisis informasi.
4) Orientasi pembelajaran penguasaan isi pelajaran dan pengembangan keterampilan berpikir, serta.
5) Guru menggunakan teknik mengajar yang bervariasi sesuai dengan tujuan dan gaya mengajar guru

Menurut (Lutan, 2001) proses pembelajaran Penjas bertujuan untuk:

1) mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika dan perkembangan sosial, (2)

membangun kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani,

2) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali,
3) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara berkelompok maupun perorangan**.**
4) berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan peserta didik berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang,
5) menikmati kesenangan dan keriangan melalui aktivitas jasmani, termasuk aktivitas olahraga.

B. Permainan Bola Voli

1. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan salah satu jenis cabang olah raga permainan yang terus berkembang dan sudah sangat dikenal dan disukai oleh masyarakat luas. Hal ini terlihat dengan banyaknya pertandingan-pertandingan antar sekolah yang dilaksanakan di tingkat daerah sampai di tingkat nasional. Berkaitan dengan perkembangan olahraga permainan bola voli. Menurut Bachtiar dkk. (2001:1.15) mengemukakan bahwa, Jika kita amati perkembangan bola voli ini dari masa ke masa selalu meningkat. Hal ini disebabkan oleh karena: 1) olahraga bola voli

dapat menjadi olahraga rekreasi bagi setiap orang dengan basis massa yang luar biasa; 2) olahraga bola voli dapat menjadi olahraga tontonan yang mempesona, menggairahkan dan menarik hati penonton; 3) olahraga bola voli cocok bagi anak-anak. Pengembangan olahraga ini di sekolah maupun di luar sekolah akan dapat memikat para remaja. Dengan demikian masa depan perkembangan bola voli akan tetap cerah, popularitasnya akan terus meningkat.

Pengertian bola voli menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015:2) "Cara memainkan bola voli yaitu dengan memantulk-mantulkan bola dengan tangan di udara melewati atas net/tali tanpa ada batas waktu sentuhan". Selanjutnya Bachtiar, dkk. (2001:1.16), permainan bola voli adalah "Permainan beregu dimana melibatkan lebih dari satu orang pemain misalnya bola voli pantai dari dua orang pemain tiap regu, bola voli sistem internasional tiap regu terdiri dari enam pemain".

Berdasarkan pada kutipan para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli bersifat beregu, sehingga keberhasilan untuk bermainnya banyak ditentukan oleh kerjasama pemain yang terdiri atas enam orang pemain. Prinsip permainan ini cukup sederhana, yakni memainkan bola sebelum bola itu menyentuh lantai lapangan. Sedangkan tujuannya adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di petak lawan, dan menjaga agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri. Dengan demikian jelas bahwa permainan bola voli ini cukup sederhana dan tidak memerlukan peralatan yang banyak. Namun demikian setiap regu harus memiliki pemain yang memiliki teknik, fisik, taktik, dan mental yang memadai, serta kerja sama yang baik antara para pemain.

2. Pengertian *Passing* Atas

Passing atas bola voli merupakan salah satu cara dalam memberikan umpan kepada pemain penyerang, dimana tekniknya dilakukan dengan cara memposisikan diri tepat pada arah bola yang datang, pandangan luas ke arah bola dan pemain yang akan melakukan *smash* kemudian menerima bola menggunakan jari-jari tangan sedemikian rupa sehingga bola yang diumpankan dapat tepat pada pemain yang akan melakukan pukulan *smash*.

Menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015:32) *passing* atas ialah "Operan yang dilakukan saat bola setinggi bahu atau lebih tinggi". Pada permainan bola voli, bola tidak boleh menyentuh lapangan. Sentuhan bola yang sebentar sudah cukup untuk mencegah bola jatuhnya ke tanah. Tetapi tidak cukup sampai di situ saja, bola juga harus diteruskan pada rekan seregu atau dipantulkan ke daerah lawan, dan gerakan ini harus dilakukan dengan cara yang menguntungkan pihak regu sendiri.

Passing adalah awal sentuhan bola atau usaha yang dilakukan seorang pemain untuk memainkan bola yang datang didalam daerahnya sendiri dengan menggunakan cara tertentu untuk dimainkan oleh teman satu regunya yang biasanya disebut dengan pengumpan (*tosser*) untuk diumpankan ke *smasher* sebagai serangan ke regu lawan. Menurut Sunardi dan Dedddy Whinata Kardiyanto (2015:24) bahwa, *passing* adalah "Mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan tenik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan".

Passing dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. *passing* dari bawah digunakan apabila bola yang datang dibawah ketinggian dada, sedangkan *passing* atas digunakan apabila bola yang datang di atas ketinggian dada. Adapun cara melakukan *passing* bawah dan atas sangat berbeda. Yang paling dominan membedakan antara kedua teknik tersebut yaitu *passing* bawah tidak menggunakan jari-jari tangan, akan tetapi *passing* atas menggunakan jari-jari tangan saat melakukannya.

Kedua *passing* diatas memiliki tujuan yang berbeda, *Passing* bawah di lakukan dengan tujuan sebagai persiapan untuk melakukan umpan kepada pengumpan, sedangkan *passing* atas dilakukan dengan tujuan untuk persiapan melakukan serangan. Biasanya *passing* atas digunakan pengumpan untuk memberikan bola kepada *smasher*. Prinsip dasar bermain bola voli yaitu seorang pemain bola voli untuk memainkan yang bertujuan untuk mengumpan kepada teman seregunya dimainkan di lapangan permainan sendiri.

Menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015:24) *passing* adalah "Mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal menyusun pola serangan kepada regu lawan. Selain tiu, menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2013:24-38) dibagi menjadi 2 (dua) spesifikasi, yaitu: (a) *passing* bawah Berdasarkan batasan *passing* diatas dapat dirumuskan *passing* bawah adalah teknik dasar permainan bola voli dengan menggunakan kedua lengan bawah yang untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan diarea lapangan sendiri dan bertujuan sebagai awal

untuk melakukan serangan awal pada regu lawan. (b) *passing* atas ialah operan yang dilakukan pada saat bola setinggi bahu atau lebih tinggi.

Menurut Beutelstahl (2013:19) *passing* atas disebut dengan istilah "*volley*" atau "*set*" dimaksudkan pukulan melambungkan bola sedemikian rupa, sehingga teman kita mendapat kesempatan untuk men *smash* bola tersebut. Tujuan dari orang yang memainkan *volley* (*passing* atas) adalah memberi kesempatan pada teman untuk menyerang musuh, sukses tidaknya penyerangan itu tergantung dari kecermatan si pemain *volley*, kalau *volley*nya kurang baik, maka penyerangannyapun lemah bahkan kadangkala gagal sama sekali.

Passing atas adalah salah satu teknik yang penting dalam olahraga bola voli, kemampuan ini sangat berguna dalam memberikan umpan yang tepat bagi *smasher* dan memudahkan *smasher* untuk melakukan spike yang keras ke arah sasaran, sehingga dapat dengan mudah memenangkan pertandingan. Menurut Prasetyo (2015:70) *Passing* atas bola voli merupakan teknik dasar bola voli yang harus dikuasai setiap pemain. Teknik ini digunakan untuk pengganti *Passing* bawah, atau lebih tepatnya sebagai pengumpan (*set up*).

Passing atas bola voli merupakan keterampilan yang harus dikuasai oleh semua pemain voli, baik ia sebagai penyerang, pemain bertahan ataupun pengumpan. Teknik *passing* atas ini sangatlah berguna dalam upaya saat menyerang atau pun untuk mengoperkan bola ke kawan seregu. Hal tersebut juga Yulianingsih dan Iskandar (2015:158-159) disebutkan oleh *passing* atas merupakan elemen yang penting, dalam permainan bola voli. Agar peserta didik mampu melakukan *passing* atas dengan baik dan benar, maka harus dilakukan pembelajaran dengan sistematis dan terprogram. Menurut penjelasan Novi

(2008:82) menyatakan bahwa dalam bola voli, tindakan mendapatkan kendali bola dan mengoperkan bola dari pemain ke pemain dilakukan dengan *Passing* bawah atau *passing* atas. Dimana suatu serangan terdiri dari tiga kontak bola suatu *passing* yang akurat dan cekatan akan memungkinkan pengumpan menempatkan bola secara tepat untuk kontak ketiga yang dilakukan oleh pemukul atau penyerang untuk menyelesaikan serangan.

3. Prinsip-prinsip Pelaksanaan *Passing* Atas

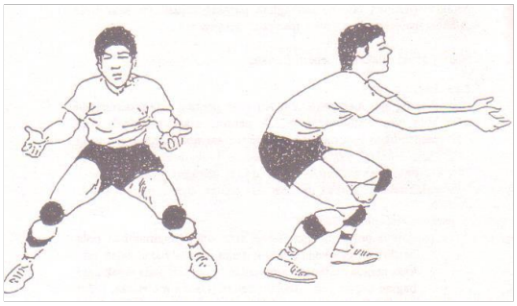
Passing atas merupakan proses gerak yang rumit, terutama bagi atlet pemula. Bentuk gerakan secara bidang vertikal, kemudian lengan dalam keadaan *flexi* menuju gerakan ekstensi (sudut menyempit dan melebar) cukup sulit untuk dilakukan. Prinsip-prinsip pelaksanaan *passing* atas menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015:33-34) sebagai berikut:

a. Sikap Permulaan

Pemain mengambil sikap normal ialah sikap tubuh diusahakan sedemikian sehingga dapat cepat bergerak ke arah yang diinginkan. Sikap itu hanya mungkin bila dalam setimbang labil. Adapun sikap kaki sejajar atau depan belakang, lutut ditekuk berdiri pada ujung kaki (tumit diangkat) dan badan sedikit condong ke depan. Tangan siap di depan dada, telapak tangan menghadap ke arah bola di depan dahi. Pada saat melakukan *passing*, segera badan bersikap sehingga dapat menyongsong bola dengan baikdan enak. Telapak tangan beserta jari-jari memebntuk setengah bulatan, jari-jari renggang dengan diakhiri dengan kedua ibu jari membentuk sudut. Sesaat bola dekat menuju ke telapak tangan, jari-jari agak ditegangkan, lengan

bawah agak ditarik ke belakang, kemudian digerakkan ke arah bola. Pada saat perkenaan bola, telapak tangan dilecutkan dari pergelangan tangan. Pandangan ke arah jalannya bola.

Gambar 2.1 Sikap Tangan saat Perkenaan Bola pada *Passing* Atas
Sumber*:* Bachtiar, dkk (2001:2.13)

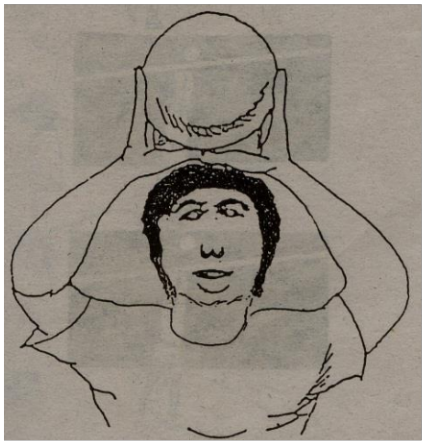


Gambar 2.2 Posisi Siap Setengah Jongkok pada *Passing* Atas
Sumber*:* Bachtiar, dkk (2001*:* 2.10)

b. Sikap perkenaan bola

Sentuhan terjadi antara bola dengan ujung jari-jari saja (terutama ibu jari, telunjuk, dan jari tengah). Pada saat jari menyentuh bola, baik jari-jari maupun tangan yang kita tegangkan itu digerakkan mengikuti gerak bola. Dengan kata lain, jari-jari dan tangan itu seakan-akan meloncat ke belakang memberi kesempatan pada bola untuk melambung ke atas. Bola itu digerakkan tubuh dan lengannya ke belakang pada waktu terjadi kontak dengan bola. Mula-mula bola disentuh dengan ujung-ujung jari yang

dibeberkan selebar mungkin. Selama melakukan, kepala selalu ditegakkan ke belakang dan ekdua pada menjurus ke depan.



Gambar 2.3 Sikap Perkenaan Bola *Passing* Atas
Sumber*:* Bachtiar, dkk (2001: 2.13)

c. Sikap akhir

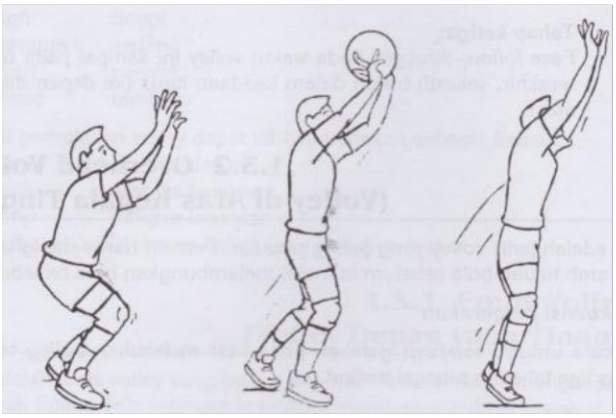
Dari prinsip-prinsip *passing* atas yang dikemukakan di atas selalu tidak terlepas dari kesalahan-kesalahan. Kesalahan-kesalahan yang umum dilakukan oleh seorang pemain bola voli mengakibatkan bola menjadi tidak sesuai dengan kehendak sendiri maupun kehendak teman yang menerima operan. Bola yang diberikan terkadang tidak sampai, meleset, dan lewat dari sasaran.

4. Teknik Dasar *Passing* Atas Bola voli

Syarifuddin (2003:11) menyatakan bahwa *passing* atas adalah mengumpan bola dilakukan dengan *passing* atas atau melambungkan bola yang diterima ke atas dengan kedua belah tangan. Saat mau menerima bola, posisi badan setengah jongkok dengan lutut lentur, badan dijulurkan dengan meluruskan tungkai dengan lurus saat melambungkan bola. Posisi lengan dan

tangan dari jari seperti hendak merangkum bola saat melambungkan bola ke atas. Bola dilambungkan dengan kedua belah lengan ke atas di depan pemain yang siap melakukan pukulan *smash*. Untuk dapat mengumpan dengan balk perlu melakukan latihan berulang-ulang hingga benar-benar menguasai. Artinya, mengumpan dapat dilakukan dengan cepat, luwes, dan lancar.

Selanjutnya Novi (2008:86) menyatakan bahwa sebutan yang paling dikenal dan paling umum untuk sebuah *passing* atas adalah umpan, dimana pemain yang berada dalam posisi pengumpan dalam menyusun suatu serangan. Pengumpan menentukan pemain mana yang berada dalam posisi terbaik untuk menyerang dan selanjutnya menggunakan *passing* atas untuk menempatkan bola ke arah dimana penyerang dapat memukul bola dengan agresif ke atas jaring.



Gambar 2.4. Teknik *Passing* Atas
Sumber*:* (Beutelstahl, 2013:22)

5. Kesalahan-Kesalahan Yang Sering Terjadi Dalam Melakukan *Passing* Atas Bola voli

Sewaktu melakukan *passing* atas terkadang pemain juga dapat melakukan kesalahan-kesalahan sehingga bola tidak dapat diumpankan

kepada penyerang sebagaimana menurut Barbara (2004:55) menyebutkan bahwa kesalahan dalam melakukan *passing* atas sebagai berikut:

1) Bola menyentuh telapak tangan dan "tertahan",
2) Bola bergerak ke atas, bukan meninggi ke depan,
3) Pemain mengalami kesulitan dalam mengarahkan bola ke arah sasaran,
4) Bola berputar terlalu keras,
5) Umpan menyeberangi net ke daerah lawan,
6) Bola bergerak ke net,
7) Bola tidak sampai ke pinggir lapangan,
8) Pemain mengumpankan bola terlalu rendah.

Dari keterangan di atas dapat dipahami bahwa untuk memberikan umpan yang sempurna pemain harus dapat memperkirakan jarak antara penyerang dengan bola yang diumpankan. Pemain harus dapat menghindari kesalahan- kesalahan yang tertera di atas sehingga umpan yang diberikan dapat di pergunakan dengan baik**.**

Menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015:35) kesalahan-kesalahan yang umum dilakukan pada saat *passing* atas adalah:

a. Kurang cepat menempatkan badan di bawah bola, lutut tidak ditekuk.
b. Telapak tangan tidak membentuk setengah lingkaran yang saling berdekatan jari telunjuk dan jari tengah.
c. Sikap pada butir (b) terjadi karena siku tercerai jauh dari badan dan sedikit terangkat.
d. Perkenaan bola terlalu ke ujung jari.

e. Sebelum terjadi perkenaan antara jari dan bola, tangan sudah duluruskan hingga tidak ada tenaga dorongan.

f. Tidak ada keselarasan gerak antara kaki, tangan dan badan.

g. Gerakan lecutan kurang eksplosif atau terlalu eksplosif.

h. Pada wanita, umumnya jari-jari terlalu rapat dan lemas.

i. Perkenaan bola pada telapak tangan

j. Gerekan pergelangan tangan tidak ke atas tetapi hanya ke depan.

C. Permainan Sasaran Tembak

1. Pengertian Permainan Sasaran Tembak

Teaching Games for Understanding (TGfU) adalah sebuah pendekatan pembelajaran yang berfokus pada pengembangan kemampuan peserta didik dalam memainkan permainan untuk meningkatkan penampilan di dalam kegiatan-kegiatan jasmani. TGfU merupakan sebuah pendekatan pembelajaran kepada peserta didik yang membantu perkembangan kesadaran taktik dan pembelajaran keterampilan. TGfU berusaha merangsang anak untuk memahami kesadaran taktis dari bagaimana memainkan suatu permainan untuk mendapatkan manfaatnya sehingga dapat dengan cepat mampu mengambil keputusan apa yang harus dilakukan dan bagaimana melakukannya. Mitchell, Oslin dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa TGfU memiliki ciri khas dalam pengelolaan permainannya yang setiap bentuk permainan memiliki ciri khas dan karakteristik tersendiri yang tentunya memberikan rasa kesenangan berbeda pada para pemainnya dan yang membedakan permainan dalam 4 klasifikasi bentuk permainan, yaitu:

1. *Target games* (permainan target), yaitu permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.
2. *Net/wall games* (permainan net), yaitu permainan yang yang dilakukang dengan memisahkan area permainan dengan dibatasi dengan net dengan tinggi yang sudah ditentukan.
3. *Striking/fielding games* (permainan pukul-tangkap-lari), yaitu permainan yang dilakukan oleh tim dengan cara memukul bola atau proyektil, kemudian pemukul berlari mencari daerah yang aman yang telah ditentukan. Invasion games (permainan serangan/invasi), yaitu permainan yang dilakukan oleh tim dengan memasukan bola atau yang sejenis ke dalam gawang atau keranjang.

Target games adalah salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam TGfU yang memfokuskan pada aktivitas permaianan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Mitchell, Oslin dan Griffin (2003: 21) menjelaskan "in *Target games*, players score by throwing or striking a ball to a target". *Target games* merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan akurasi yang tinggi dalam permainannya. Permainan ini sebenarnya menjadi dasar bagi permainan-permainan yang lain, karena hampir setiap permainan memiliki target atau goal yang dijadikan sasarannya. Misalnya, permainan bola basket, sepak bola dan sebagainya memiliki sasaran yang bermacam-macam.

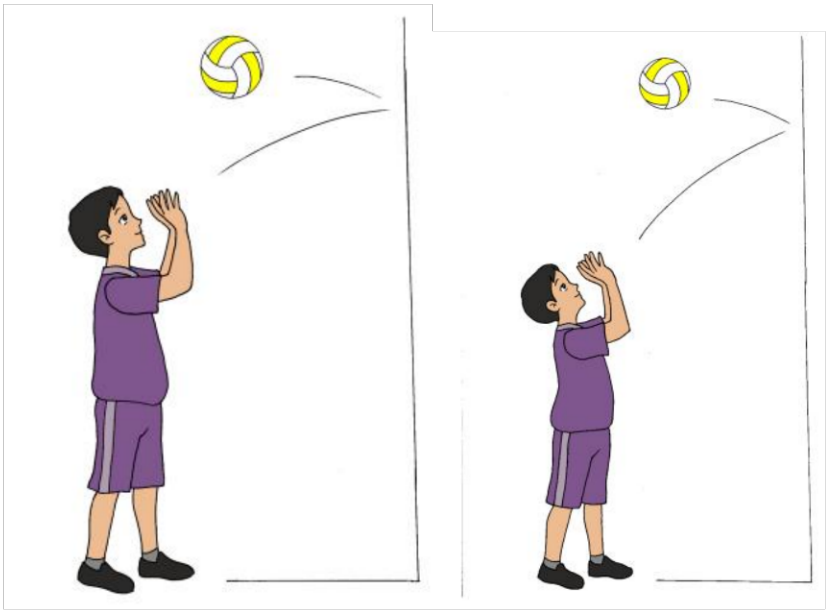
Bentuk *Target games* yang dapat dilakukan dalam permainan bola voli adalah dengan melakukan *smash* atau *Passing* yang akurat ke sasaran atau target

yang dapat mematikan lawan sehingga mendapatkan nilai atau poin. Dalam *Target games* peserta didik didorong mengembangkan kesadaran taktis dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran. Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan peserta didik harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan dengan sebaik-baiknya. Kemampuan untuk memiliki keterampilan dalam permainan target secara tenang, percaya diri, konsentrasi, dan dasar dari setiap individu untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan diri. fokus pada target akan membantu seorang anak menganggap dirinya mampu serta akan membuat seorang mahapeserta didik merasa positif dan yakin akan kemampuan dirinya. Perubahan itu dapat berupa sesuatu yang baru, yang segera tampak dalam perilaku nyata maupun tersembunyi. Proses belajar dapat berlangsung bila disertai kesadaran dan intensitas kemauan dari individu yang belajar. Sikap dan perbuatan yang ditujukan dalam kemandirian merupakan kebutuhan.

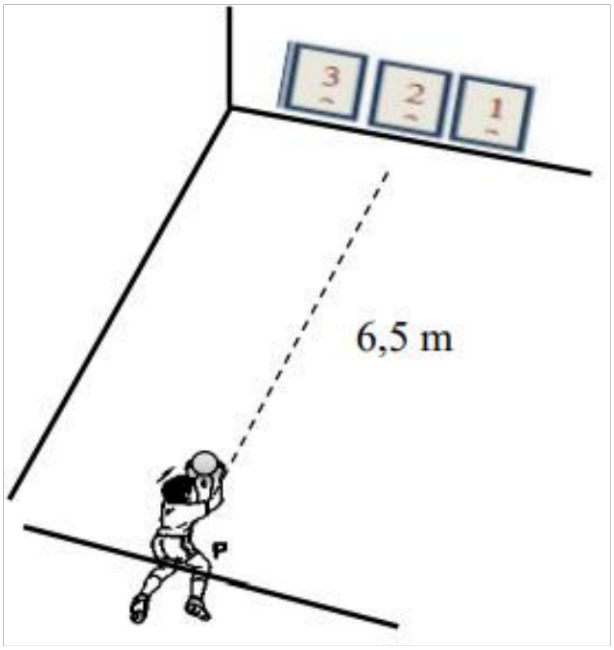
Target games perlu dikemas dalam bentuk permainan. Permainan dapat dimaknai dengan dua pengertian. Pertama, permainan adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menangkalah. Permainan adalah usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik. Permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

2. Bentuk Latihan Permainan Sasaran Tembak

Pantulkan bola dengan pasing atas dengan sasaran tembak (net/tembok). Variasikan dengan mengatur jarak antara anak dengan sasaran tembak (net/tembok). Bisa juga divariasikan dengan diberikan sasaran atau target pantulan pasing atas ke net/tembok. Pasing atas dengan net/tembok perlu divariasikan juga tingkat ketinggiannya, hal ini perlu karena dalam melakukan pasing atas nantinya ketinggian bola harus bisa melebihi net. Tinggi net untuk pemula atau anak usia Sekolah Dasar adalah antara 200 s.d 220 cm, dan untuk Junior dan Senior menggunakan ketinggian net standar, yaitu: 224 s.d 243 cm. Pantulan bola ke tembok dibuat sasaran ketinggian menyesuaikan usia anak tersebut (Sujarwo.2022).



Gambar 2.5. Teknik *Passing* Atas dengan Sasaran Tembak (net/tembok)
Sumber*:* (Sujarwo.2022).



Gambar 2.6. Penampakan Jarak Teknik *Passing* Atas dengan Sasaran Tembak (net/tembok)
Sumber*:* (Sujarwo.2022).

D. Penelitian Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Iska Noviardila (2018) dengan judul penelitian Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Service Atas Atlet Bolavoli Kab. Kampar. Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa terdapat korelasi antara koordinasi mata-tangan sebesar 20,79%, serta secara bersama-sama sebesar 40,70% terhadap ketepatan smash atlet klub bolavoli Kab. Kampar. Disimpulkan bahwa terdapat kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan smash atlet klub bolavoli Kab. Kampar.

2. Muh. Saud Abdie, dkk. (2019) dengan judul penelitian Pengaruh Permainan Target Terhadap Kemampuan Shootting Dalam Permainan Sepakbola Pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 5 Palopo**.** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik mengalami peningkatan dalam tes ketepatan tendangan shooting. Hal ini dapat dilihat bahwa sebagian besar peserta didik memiliki skor selisih yang besar. Skor selisih tersebut diperoleh dengan mengurangkan skor post-test dengan skor pre-test. Dari 28 anak, hanya tiga anak yang tidak mengalami peningkatan ketepatan shooting.
3. Riko Akbar, Hermanzoni 2020. Dengan judul penelitian**,** Pengaruh Metode Latihan Permainan Target Terhadap Keterampilan *passing* Atas. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan one sample t test (uji t) .Berdasarkan hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara pre test dan post test pengaruh metode latihan permainan target terhadap keterampilan *passing* atas, diperoleht hitung lebih besar dari t-tabel, maka ada perbedaan yang signifikan. Dilihat dari nilai rata-rata antara pre test dan post test terdapat peningkatan yang cukup signifikan yaitu 13.33 %.
4. Didit Heri Wibowo. (2015). Pembelajaran *Passing* Atas Bola Voli Melalui Permainan Sasaran Tembak**.** Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *Passing* atas bola voli pada peserta didik kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal Tahun 2014.Nilai rata-rata hasil belajar *Passing* atas pada siklus pertama (72,84) siklus kedua (76,52). Sehingga peningkatan hasil belajar dari siklus pertama hingga siklus kedua sebesar (3,68). Sedangkan jumlah peserta didik yang dinyatakan tuntas siklus pertama 27 peserta didik (71%) dan siklus kedua 34 peserta didik (89%). Kesimpulan penelitian ini, bahwa pembelajaran *Passing* atas melalui

permainan sasaran tembak bagi peserta didik kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal tahun 2014 dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

5. Faiz Faozi, dkk. (2019). Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap *Passing* Atas Pada Peserta didik Putra Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sekolah Menengah Kejuruan Doa Bangsa Palabuhanratu**.** Berdasarkan hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara pre test dan post test pengaruh latihan permainan target terhadap *Passing* atas, yang memiliki nilai t hitung 8.755, t tabel 4.024 (df = 25) karena t hitung lebih besar dari t-tabel maka ada perbedaan yang signifikan. Dilihat dari nilai rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata pre test = 41,33 dan nila rata-rata post test = 47,33 karena nilai ratarata post test lebih besar dari nilai ratarata pre test, maka pengaruh latihan permaianan target terhadap *Passing* atas sebesar = 6 atau 14,5 %.

Berdasarkan pada pemaparan penelitian terdahulu, maka dapat disimpulkan perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek penelitian, yaitu Siswa Kelas XI IPA1 dan XI IPS1 SMA Negeri 2 Kampar. Pada penelitian sebelumnya masih jarang yang melakukan penelitian kemampuan pasing atas pada tingkat Sekolah Menengah Atas. Sementara itu, persamaan pada penelitian ini adalah penggunaan permainan sasaran tembak (target) dengan pengujian menggunakan uji beda (uji t).

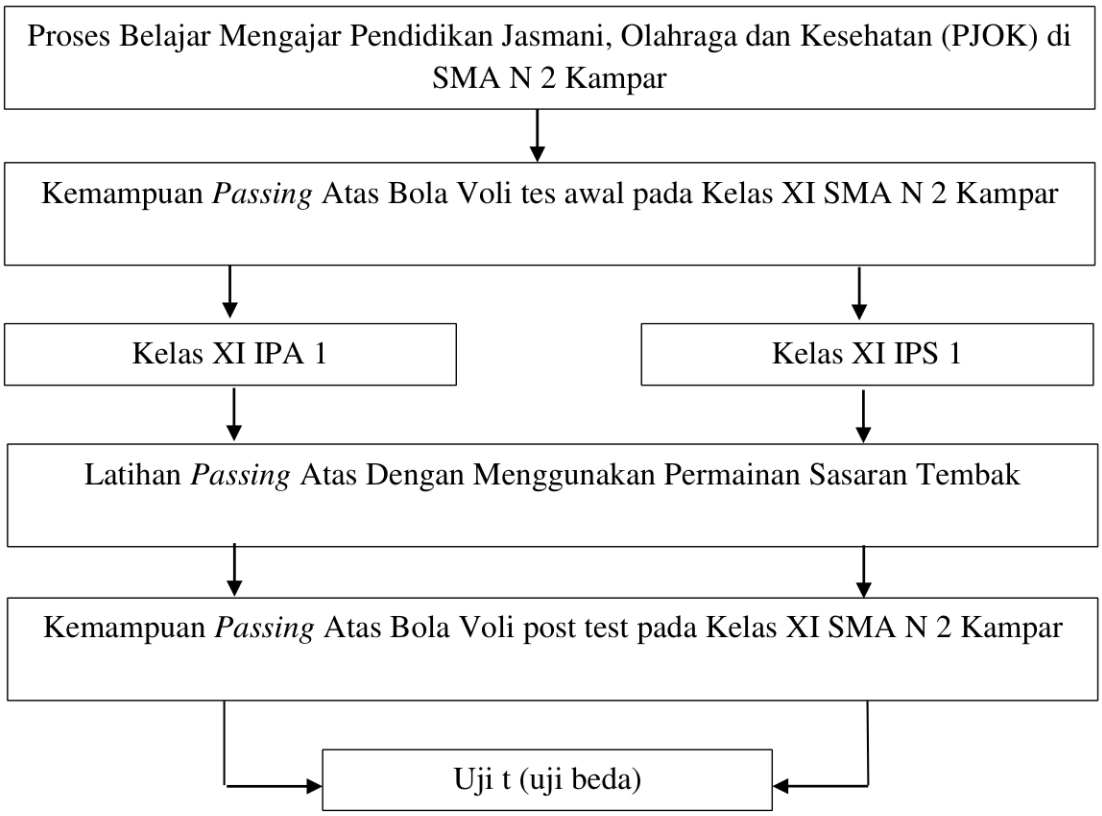
E. Kerangka Pemikiran

Pemberian latihan teknik dan fisik yang baik dapat dicapai melalui latihan yang terprogram dan teratur. Kemampuan teknik yang baik dihasilkan dari latihan gerak dasar yang baik serta kemampaun fisik yang baik akan diperoleh dengan

latihan yang benar. Kemampuan *passing* atas harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli karena teknik tersebut adalah salah satu teknik dasar dalam bermain bola voli.

Dalam melakukan *passing* atas, harus didukung dengan penguasaan teknik yang baik, dari sikap permulaan, perkenaan, hingga sikap akhir. Dengan latihan permainan target akan dapat memaksimalkan kemampuan dalam melakukan *passing* atas. Pada penelitian ini peneliti hendak meneliti "Pengaruh latihan permainan target terhadap *passing* atas pada peserta didik putra peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Kampar. Metode latihan permainan target merupakan asumsi dari penelitian untuk diadaptasikan untuk latihan teknik *passing* atas. Dilihat dari bentuk latihan diperkirakan dapat memberikan pengaruh terhadap *passing* atas.

Berdasarkan kajian teoritik, untuk meningkatkan kemampuan akurasi *smash* dengan menggunakan *Target games* sehingga dapat menentukan sasaran yang tepat dan akurat. Tes dapat digunakan untuk mengetahui pengaruh kemampuan akurasi *smash* dengan *Target games* peserta kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Tes peningkatan kemampuan akurasi *smash* dengan penggunaan metode *Target games* salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh pelatih dan pembina untuk mengetahui sampai seberapa jauh peningkatan kemampuan akurasi *smash* yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Berdasarkan uraian di atas, maka Secara sistematis, kerangka berpikir pada penelitian ini dapat dilihat pada gambar:



Gambar 2.7. Kerangka Berpikir

F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan ke rangka berfikir yang telah dipaparkan, penelitian mengajukan sebagai berikut: terdapat Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode adalah cara atau prosedur yang dipergunakan untuk memecahkan masalah penelitian. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2013:64) "Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan". Dapat disimpulkan bahwa metode eksperimen adalah cara penyajian pelajaran dengan suatu percobaan, mengalami dan membuktikan sendiri apa yang dipelajari, serta peserta didik dapat menarik suatu kesimpulan dari proses yang dialami mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK), khususnya pada permainan bola voli.

Bentuk Penelitian yang digunakan adalah bentuk Quasi-Eksperimental Design. Sugiyono (2013:109) bahwa Quasi-Eksperimental Design masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh tehadap terbentuknya variabel terikat. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel bebas itu bukan sematamata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena adanya variabel control dan sampel tidak dipilih secara random. Pada umumnya dalam pendidikan dilakukan dalam rangka melakukan inovasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, biasanya berkaitan dengan usaha untuk menguji pengaruh materi, media, metode, atau praktik pendidikan yang baru terhadap hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian

eksperimen digunakan untuk mengetahui Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar. Model desain penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1. Desain Penelitian *Quasi-Eksperimental Design*

Kelas	Pretest	Perlakuan	*Posttest*
XI IPS I	O_1	X	O_2
XI IPA I	O_1	X	O_2

Sumber: (Sugiyono, 2017)

Keterangan:

X = Perlakuan dengan permainan sasaran target/sasaran tembak
\- = Pembelajaran dengan pendakatan permainan/latihanbiasa
O_1 = *Pretest* Sebelum eksperimen
O_2 = *Posttest* setelah eksperimen

Efektivitas atau pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat, dilihat dari perbedaan skor post-test dari kelompok eksperimen (O1) dan kelompok kontrol (O2). Apabila terdapat perbedaan skor antara kedua kelompok, dimana skor pada kelompok eksperimen (O1) lebih tinggi dibandingkan dengan skor pada kelompok kontrol (O2), maka dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan mempunyai pengaruh atau efektif terhadap perubahan yang terjadi pada variabel terikat (Sugiyono. 2010)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Kampar yang beralamat di JL. Rumbio Kebun Durian KM 1, Padang Mutung, Kec. Kampar, Kab. Kampar Prov. Riau. Penelitian ini akan difokuskan pada Dua Kelas, yaitu Kelas XI IPA 1 dan Kelas XI IPS 1. Waktu penelitian ini dilakukan dari bulan Maret 2023 hingga Juni 2023.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek atau totalitas subjek penelitian yang dapat berupa orang,benda atau suatu hal yang didalamnya dapat diperoleh dan dapat memberikan informasi dan (data) penelitian. Menurut Sugiyono (2018:117) "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya". Populasi dalam penelitian ini adalah Peserta didik Kelas XI IPS 1 dan Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 2 Kampar. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.2. Populasi Penelitian

No	Kelas	Putera	Puteri	Jumlah
1	XI IPA I	10	10	20
2	XI IPS I	20	9	29
Jumlah		30	19	49

Sumber: SMA Negeri 2 Kampar (2023)

2. Sampel

Sugiyono (2017:81), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel, kesimpulan akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul respresentatif (mewakili).

Teknik yang digunakan dalam penentuan sampel penelitian ini adalah Purposive Sampling , dengan cara memilih sendiri sampel dari kelompok-kelompok yang ada. Sugiyono (2014:142)"Purposive Sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu" digunakannya Purposive Sampling dikarenakan memilih sampel yang diinginkan tanpa menggunakan cara random (acak) dengan tujuan tertentu .pemilihan sampel berdasarkan alasan tertentu dengan cara memilih sendiri sampel dari kelompok-kelompok yang ada. Kelas yang dijadikan sampel pada penelitian ini adalah kelas XI IPS 2 SMA Negeri 2 Kampar**.**

Tabel 3.3. Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1	XI IPS I	20
2	XI IPA I	29
Jumlah		49

Sumber: SMA Negeri 2 Kampar, (2023)

D. Sumber Data, Variabel, dan Skala Pengukuran

1. Sumber Data

Penelitian ini data dibagi menjadi dua yaitu:

1) Data primer adalah data yang langsung diperoleh dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau objek penelitian. Data primer dalam penelitian ini adalah hasil post test peserta didik.

2) Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang kita butuhkan. Data sekunder dalam penelitian ini adalah informasi dari kepala sekolah, guru, serta dokuntasi dari buku arsip maupun fakta.

Sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data dapat diperoleh. Yang dimaksud sumber data dalam penelitian adalah subjek darimana data dapat diperoleh. Sumber data dikelompokkan menjadi sebagai berikut.

1) *Person*, yaitu sumber data yang bisa memberikan data berupa jawaban lisan melalui wawancara atau jawaban tertulis melalui angket. Sumber data dalam penelitian ini adalah Kepala Sekolah, guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SMA N 2 Kampar.
2) *Place*, yaitu sumber data yang menyajikan tampilan yang berupa keadaan diam dan bergerak. Sumber data ini dapat memberikan gambaran mengenai situasi pembelajaran dan kondisi sekolah atau keadaan-keadaan lain yang berhubungan dengan penelitian di SMA N 2 Kampar. Yang dimaksud data diam adalah ruang kelas, gedung kantor, aula sekolah, perpustakaan dan lain-lain. Sedangkan data yang bergerak adalah kegiatan belajar mengajar peserta didik.
3) *Paper*, yaitu sumber data yang menyajikan tanda-tanda berupa huruf, angka, gambar, atau simbol-simbol lain. Data ini diperoleh melalui teknik dokumentasi khusunya melalui dokumen yang dimiliki oleh pihak sekolah yang antara lain meliputi: data nilai ulangan peserta didik, data pimpinan, guru, karyawan, dan peserta didik di SMA N 2 Kampar. Sarana dan prasana belajar mengajar disekolah, struktur organisasi sekolah, letak geografis sekolah serta sejarah berdiri dan an data-data yang relevan dalam penelitian ini.

2. Variabel Penelitian

Menurut Priyono (2008) variabel dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan. Pada penelitian ini, peneliti perlu menjelaskan beberapa istilah agar judul dan tujuan penelitian ini dapat lebih jelas dan tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda, dimana penjelasan istilah peneliti rangkum dalam definisi operasional, yaitu:

1. Variabel Bebas Menurut Sugiyono (2013) Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Target games* (permainan target), pada SMA N 2 Kampar. *Target games* (permainan target), yaitu permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.
2. Variabel Terikat Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel kontrol atau terikat pada penelitian ini adalah kemampuan *passing* atas. *Passing* atas adalah teknik bola voli yang digunakan untuk memberikan umpan kepada *smasher* untuk melakukan serangan terhadap lawan.

3. Skala Pengukuran

Skala pengukuran yang ada, dalam penelitian ini menggunakan skala rasio. Skala rasio adalah skala pengukuran yang mempunyai nilai nol mutlak

dan mempunyai jarak yang sama. Tes statistik yang digunakan ialah tes statistik parametrik.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan informasi atau data pada penelitian ini mempergunakan beberapa metode yaitu:

1. Observasi.

Lembaran observasi di sini terdiri dari lembaran observasi aktivitas guru dan lembaran observasi aktivitas peserta didik. Lembar observasi aktivitas guru dinilai oleh observer atau teman sejawat terhadap aktivitas guru dan peserta didik dengan permainan sasaran tembak (*Target games*) Pada pelajaran penjaskes, khususnya bola voli. Jadi mereka yang diteliti mengetahui sejak awal sampai akhir tentang aktivitas peneliti.

a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP berisi standar kompetensi, kompetensi dasar, indikator, materi, model, teknik, serta penilaian hasil belajar. RPP yang digunakan sesuai dengan silabus Kurikulum yang digunakan di SMA Negeri 2 Kampar. Adapun materi ajar dalam penelitian ini adalah pembelajaran *passing* atas dengan menggunakan sasaran tembak yang dilakukan untuk dua kali pertemuan.

b. Silabus

Silabus memuat mata pelajaran, materi pembelajaran, satuan pendidikan, kelas/semester, alokasi waktu, standar kompetensi, kompetensi dasar, indikator dan kegiatan pembelajaran secara umum.

c. Pengukuran Kemampuan *Passing* Atas

Menurut Beutelstahl (2013:22) penilaian kemampuan *passing* atas terdiri dari beberapa indikator, seperti yang terlihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.4. Instrumen Penelitian

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Tahap Persiapan				
1) Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu 2) kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan 3) Posisi lengan didepan badan dengan kedua telapak tangan 4) Jari-jari renggang sehingga membentuk seperti mangkuk didepan atas muka (wajah)				
Tahap Gerakan				
1) Dorongkan kedua lengan menyongsong arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat 2) Usahakan arah datangnya bola tepat ditengah-tengah atas wajah 3) Perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan				
Ahir Gerakan				
1) Tumit terangkat dari lantai 2) Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus 3) Pandangan mengikuti arah gerakan bola				
Jumlah (Jumlah Skor Maksimal: 40)				

Sumber: Beutelstahl (2013:22)

Keterangan Kriteria Penilaian Kualitas *Passing* atas*:*

Skor 4 : *Passing* atas pada kategori Baik
Skor 3 : *Passing* atas pada kategori Cukup baik
Skor 2 : *Passing* atas pada kategori Kurang baik
Skor 1 : *Passing* atas pada kategori Tidak baik

Lakukan observasi pengamatan terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli selanjutnya penilaian terhadap kualitas gerak pada unjuk kerja siswa dengan rentangan nilai 1 sampai dari 4, dengan keterangan 1 = Tidak Baik, 2=

Kurang Baik, 3 = Cukupa Baik, dan 4 = Baik. Selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

$$Nilai = \frac{Skor\ yang\ didapatkan}{Skor\ Maksimal} \times 100$$

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai nilai 70 dari hasil tes, dengan interval kemampuan *passing* atas sebagai berikut:

Tabel 3.5. Interval Kategori Kemampuan Siswa Dalam Mempraktikkan Keterampilan Teknik Dasar *Passing*

No	Interval	Kategori
1	90 s/d 100	Sangat baik
2	70 s/d 89	Baik
3	50 s/d 69	Cukup Baik
4	30 s/d 49	Kurang Baik
5	10 s/d 29	Kurang Sekali

Sumber: KTSP (2007:367)

d. Penilaian Kemampuan *Passing* Atas

Penilaian yang dilakukan dengan tes kepada peserta didik digunakan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas pada permainan bola voli. Adapun instrument yang digunakan pada saat tes antara lain:

a. :Alat dan Bahan penelitian

1) Bola Voli, Net, Sasaran Tembak

2) Lembar Observasi

b. Pelaksanaan

1) Pelaksanaan tes dilaksanakan pada lapangan voly yang telah dimodifikasi dengan menambahkan sasaran tembak.

2) Sebelum melakukan *passing* atas dengan sasaran tembak, siswa diminta untuk melakukan *passing* atas dengan metod biasa.

Sementara itu, guru mengukur, mengamati dan mencatat kemampuan *passing* atas siswa.

3) Siswa diminta untuk melakukan *passing* atas dengan mengarahkan ke sasaran tembak yang telah ditetapkan sesuai dengan jarak yang telah ditetapkan. Sementara itu, Peneliti atau guru melakukan pengamatan terhadap gesture tubuh peserta didik, sesuai dengan panduan pada lembar observasi dan memberikan penilaian secara objektif, mendokumentasikan kegiatan *passing* atas siswa dengan cara difoto atau dividiokan.

2. Dokumentasi.

Teknik dokumentasi yang digunakan untuk memperoleh data-data yang tidak biasa didapatkan dengan teknik wawancara maupun teknik observasi. Teknik dokumentasi yag diperoleh adalah foto, gambar, bagan, struktur dan catatan – catatan yang diperoleh dari subjek peneliti.

F. Validasi Instrumen Penelitian

Instrumen yang baik terlebih dahulu dilakukan uji ahli kemudian diteruskan dengan uji coba instrumen. Instrumen diuji cobakan pada peserta didik selain kelas sampel. Hasil uji coba instrumen dianalisis untuk mengetahui validitas item dan reliabilitas. Sehingga dapat diketahui instrumen tersebut dapat dipakai atau tidak.

1. Validitas Instrumen

Ghozali (2013) mengatakan bahwa uji validitas digunakan untuk menguji sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pernyataan pada kuesioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Pengujian validitas dilakukan dengan teknik korelasi *Product Moment Person*, yaitu cara melakukan korelasi antar skor masing-masing variabel dengan skor totalnya. Suatu variabel atau pernyataan dikatakan valid jika koefisien korelasi atau r hitung < r tabel.

2. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah derajat ketepatan, ketelitian atau keakuratan yang ditunjukkan oleh instrumen pengukuran. Uji reliabilitas dimaksudkan untuk menunjukkan sejauh mana suatu pengukuran dapat dipercaya atau diandalkan. Uji reliabilitas didasarkan pada nilai Cronbach Alpha, bila Cronbach Alpha lebih besar dari 0,6, maka hal ini menunjukkan instrumen tersebut dapat dikatakan reliabel.

G. Teknik Analisa Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tehnik analisis data kuantitatif, adapun data kuantitatif ini dianalisis menggunakan analisis statistik. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis statistik inferensial. Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain berkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis

responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Analisis statistik inferensial untuk menguji hipotesis. Sebelum pengujian hipotesis melakukan uji prasyarat terdahulu untuk pembuktian hipotesis , yaitu sebagai uji normalitas dan uji homogenitas.

Dalam proses analisis data, ada beberapa langkah pokok yang harus dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

1. Uji Prasyarat

a. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat dua sampel yang digunakan (kelas eksperimen dan kelas kontrol) apakah memiliki tingkat kemampuan yang sama dengan menguji apakah kedua data tersebut homogen yaitu dengan membandingkan kedua variansinya. (Usman & Akbar, 2011) Kriteria pengujian adalah membandingkan hasil hitung rumus dengan tabel nilai – nilai F pada signifikansi 5% sebagai berikut:

Terima H_0 jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$

Tolak H_0 jika $F_{hitung} > F_{tabel}$

b. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah suatu variabel normal atau tidak. Normal disini dalam arti mempunyai distribusi data yang normal. Untuk menguji normalitas data dapat menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan ketentuan jika Asymp. Sig > 0,05 maka data berdistribusi normal.

Dalam pengujian normalitas data yang digunakan adalah data post test kelas eksperimen. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (Statistical Product and Service Solution) 20.0 for Windows.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar. Untuk menguji adanya perbedaan Kemampuan *passing* Atas Bola Voli sebelum dan sesudah Permainan Sasaran Tembak, dilakukan uji beda (uji t). Menurut (Oktaviani *et al*., 2014) Uji beda digunakan untuk menguji suatu subjek dengan perlakuan yang berbeda menggunakan uji normalitas data, yaitu jika data berdistribusi normal, maka uji beda yang dilakukan adalah uji beda statistik parametrik paired sample t-test, sedangkan jika data tidak berdistribusi normal maka uji beda yang digunakan adalah uji wilcoxon sign rank test.

a. Uji Paired Sample T-Test

Uji ini digunakan dimana data yang digunakan berpasangan.Uji ini sering ditemui pada kasus dengan satu individu namun dikenai dua perilaku yang berbeda. Uji ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan rata-rata kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik kelas XI IPA 1 dan IPS1 SMA Negeri 2 Kampar pada saat sebelum dan setelah eksperimen:

Uji ini menggunakan taraf signifikansi 5%. Dasar pengambilan keputusan dalam uji paired samples t-test adalah:

1) Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) < 0,05 maka terdapat perbedaan kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya permainan sasaran tembak
2) Jika nilai probabilitas atau sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak perbedaan kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya permainan sasaran tembak

b. Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Jika data dalam uji normalitas tidak terdistribusi normal maka dilakukan uji non parametrik yaitu Wilcoxon Signed Rank Test. Dasar pengambilan keputusan dalam uji Wilcoxon Signed Rank Test adalah:

1) Nilai asymp. Sig (2-tailed) < 0,05 maka H1 diterima, H0 ditolak
2) Nilai asymp sig (2-tailed) > 0,05 maka H1 ditolak, H0 diterima.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada Kelas XI IPS 1 dan Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 2 Kampar pada 19 sampai dengan 30 Juni 2023. Penelitian ini dilakukan pada 49 Responden, yang terdiri dari dua kelas, yaitu kelas IPA 1 dan IPS 1. Data yang diambil dalam penelitian ini adalah kemampuan *passing* atas bola voli sebelum dan sesudah perlakukan dengan menggunakan metode permainan sasaran tembak/sasaran target. Adapun hasil penelitian dan pembahasannya adalah sebagai berikut:

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang kondisi kemampuan pasing atas peserta didi kelas XI IPA 1 dan IPS 1. Adapun gambaran kemampuan pasing atas peserta didik akan dikelompokkan menjadi lima interval nilai, yaitu sebagai berikut:

Sangat Baik	:	>90-100
Baik	:	>80-90
Cukup	:	>70-80
Kurang	:	>60-70
Kurang Sekali	:	< 60

Berdasarkan pada interval nilai peserta didik tersebut, maka dapat dilihat nilai peserta didik berdasarkan pada tabel berikut:

Tabel 4.1: Distribusi Frekuensi Kemampuan Pasing Atas Responden pada Kelompok Pre test

Kelas	Kurang	Cukup	Baik	Total
IPA	2	10	8	20
IPS	4	12	13	29
Total	6	22	21	49

Sumber: Data Olahan, 2023.

Berdasarkan pada tabel 4.1, maka dapat dilihat bahwa pada saat pre test peserta didik Kelas XI IPS memperoleh penilaian pada kategori kurang adalah sebanyak 2 orang, kategori cukup adalah 10 orang, dan kategori baik adalah 8 orang. Sementara itu hasil pre test peserta didik Kelas XI IPA menunjukkan penilaian pada kategori kurang adalah sebanyak 4 orang, kategori cukup 12 orang dan kategori baik 13 orang. Pada saat pre test, masih banyak peserta didik yang mendapatkan nilai cukup baik, dan masih ada peserta didik yang mendapatkan nilai pada interval kurang baik. Melihat rendahnya pencapaian kemampuan pasing atas peserta didik tersebut, maka dilakukan treatment atau perlakuan dengan menerapkan permainan sasaran tembak/sasaran target. Setelah dilakukan kegiatan permainan sasaran tembak/target ini, maka didapatkan nilai peserta didik sebagai berikut:

Tabel 4.2: Distribusi Frekuensi Kemampuan Pasing Atas Responden pada Kelompok Post Test.

Kelas	Cukup	Baik	Baik Sekali	Total
IPA	8	11	1	20
IPS	12	11	6	29
Total	20	22	7	49

Sumber: Data Olahan, 2023.

Berdasarkan pada tabel 4.2, maka dapat dilihat bahwa pada saat post test terjadi peningkatan hasil penilaian kemampuan passing atas peserta didik. Hasil penilaian kemampuan passing atas peserta didik Kelas XI IPA memperoleh penilaian pada kategori cukup adalah sebanyak 8 orang, kategori baik adalah 11 orang, dan kategori baik sekali adalah 1 orang. Sementara itu hasil post test peserta didik Kelas XI IPS menunjukkan penilaian pada kategori cukup adalah sebanyak 12 orang, kategori baik 11 orang dan kategori baik sekali 6 orang. Pada saat post test, maka tidak ada lagi peserta didik yang mendapatkan penilaian kurang baik.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi adalah sama atau tidak. Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis independent sample t test dan Anova. Asumsi yang mendasari dalam analisis varian (Anova) adalah bahwa varian dari populasi adalah sama. Tujuan utama dari uji homogenitas adalah untuk memastikan bahwa perbedaan dalam hasil pengukuran antara dua atau lebih sampel tidak disebabkan oleh variasi yang signifikan dalam sampel tersebut. Adapun hasil uji homogenitas dapat dilihat dari nilai – nilai F pada signifikansi 5%, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.3. Hasil Uji Homogenitas Data Peneltiian

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Preetest	Between Groups	1.861	1	1.861	.043	.837
	Within Groups	2038.190	47	43.366		
	Total	2040.051	48			
Posttest	Between Groups	2.270	1	2.270	.048	.828
	Within Groups	2231.648	47	47.482		
	Total	2233.918	48			

Sumber: Data Olahan, 2023.

Berdasarkan pada tabel 4.3, maka dapat dilihat bahwa nilai f $_{hitung}$ pretest (0.043), dan nilai sig.0.837 > 0.05, maka nilai kemampuan pasing atas peserta didik pada saat pretest ini dapat dikatakan homogen. Sementara itu, untuk nilai f $_{hitung}$ Posttest, maka didapatkan nilai f $_{hitung}$ (0.048) dan nilai sig. 0.828 > 0.05. Karena nilai sig. .828 > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa varian data nilai kemampuan pasing atas peserta didik pada posttest adalah homogen. Dengan demikian maka dapat dikatakan bahwa data yang digunakan pada penelitian ini memiliki karakteristik yang sama, atau data penelitian ini berasal dari kelompok sampel yang sama, yaitu pada tingkat kelas XI.

3. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau berada dalam sebaran normal.Distribusi normal adalah distribusi simetris dengan modus, mean dan median berada dipusat. Untuk menguji normalitas data dapat menggunakan

uji Kolmogorov-Smirnov dengan ketentuan jika Asymp. Sig > 0,05 maka data berdistribusi normal. Dalam pengujian normalitas data yang digunakan adalah data post test kelas eksperimen. Adapun hasil uji normalitas data dapat dilihat dari hasil perhitungan berikut ini:

Tabel 4.4. Hasil Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Preetest	Posttest
N		49	49
Normal Parameters[a,,b]	Mean	76.7347	81.9592
	Std. Deviation	6.51928	6.82202
Most Extreme Differences	Absolute	.159	.137
	Positive	.155	.134
	Negative	-.159	-.137
Kolmogorov-Smirnov Z		1.111	.962
Asymp. Sig. (2-tailed)		.169	.314

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Sumber: Data Olahan, 2023.

Berdasarkan pada tabel 4.4, maka dapat dilihat bahwa nilai signifikansi Asymp. Sig. (2- tailed) pada nilai kemampuan pasing atas peserta didik pada saat pretest adalah (0.169) dan posttest adalah sebesar (0.314) lebih besar dari 0.05 Hal ini menyatakan bahwa data sudah terdistribusi secara normal maka dari itu untuk pengujian hipotesis dilakukan pengujian Paired Sample T-Test.

4. Uji Hipotesis

Pada uji hipotesis ini untuk melihat apakah terdapat perbedaan nilai kemampuan pasing atas peserta didik pada Kelas XI IPA 1 dan XI IPS 1 pada SMA Negeri 2 Kampar sebelum dan sesudah permainan sasaran tembak. Adapun

hasil perhitungan Paired Sample T-Test untuk nilai pretest dan posttest, maka dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 4.5. Hasil Uji Hipotesis Paired Sample T-Test

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Posttest - Preetest	5.22449	2.46657	.35237	4.51601	5.93297	14.827	48	.000

Sumber: Data Olahan, 2023.

Berdasarkan pada tabel 4.5, maka dapat dilihat bahwa pada saat pretest dan posttest, maka terdapat perbedaan kemampuan pasing atas yang signifikan sebelum dan sesudah perlakuan penggunaan permainan sasaran tembak. Hal ini dapat dilihat dari nilai t_{hitung} (14.827) > t_{tabel} (2.01063) dan nilai sig. 0.000 < 0.05. Dengan demikian, dalam pengujian hipotesis ini menunjukkan terdapat perbedaan kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya permainan sasaran tembak**.**

Hasil penelitian selanjutnya dilakukan untuk menentukan besaran pengaruh dari permainan sasaran tembak terhadap kemampuan pasing atas peserta didik. Adapun persentase pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan pasing atas dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.6. Hasil Uji Persentase Pengaruh Permainan Sasaran Tembak Terhadap Kemampuan Pasing Atas Peserta Didik

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Posttest & Preetest	49	.933	.000

Sumber: Data Olahan, 2023.

Berdasarkan pada tabel 4.6, maka Nilai Correlation (R) pada tabel diatas adalah sebesar 0.933 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan pasing atas peserta didik sebesar 93.3%.

B. Pembahasan

Kegiatan pembelajaran pada saat sebelum menggunakan sasaran tembak adalah dengan menggunakan metode pasing berpasangan. Dilaksanakan dengan cara:

1) Berdiri berhadapan dengan jarak 2 meter.
2) Peserta didik A melambungkan bola dengan dua tangan ke B, dan B mempassingnya dengan pass atas ke A dan mempassing ke A kembali.
3) Demikian seterusnya hingga keterampilan Anda meningkat dalam melakukan pass atas.

Penggunaan latihan berpasangan ini dianggap kurang efektif karena pada saat pre test, masih banyak peserta didik yang mendapatkan nilai cukup baik, dan masih ada peserta didik yang mendapatkan nilai pada interval kurang baik. Dari kedua kelas observasi IPA 1 dan IPS 1, maka didapatkan 6 orang siswa yang mendapatkan nilai kurang, dan 22 orang yang mendapatkan nilai cukup baik. Melihat rendahnya pencapaian kemampuan pasing atas peserta didik tersebut, maka dilakukan treatment atau perlakuan dengan menerapkan permainan sasaran

tembak/sasaran target. Adapun langkah-langkah dalam permainan sasaran tembak ini adalah sebagai berikut:

1. *Target games* (permainan target), yaitu permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.
2. *Net/wall games* (permainan net), yaitu permainan yang yang dilakukang dengan memisahkan area permainan dengan dibatasi dengan net dengan tinggi yang sudah ditentukan.
3. *Striking/fielding games* (permainan pukul-tangkap-lari), yaitu permainan yang dilakukan oleh tim dengan cara memukul bola atau proyektil, kemudian pemukul berlari mencari daerah yang aman yang telah ditentukan. Invasion games (permainan serangan/invasi), yaitu permainan yang dilakukan oleh tim dengan memasukan bola atau yang sejenis ke dalam gawang atau keranjang.

Setelah dilakukan permainan sasaran tembak, maka dapat dilhat peningkatan hasil penilaian kemampuan pasing atas peserta didik. Setelah dilakukan permainan sasaran tembak, maka kemampuan pasing atas menunjukkan peningkatan, hal ini dapat dilihat dari sudah adanya peserta didik yang mendapatkan predikat penilaian baik sekali, dan sudah tidak ada peserta didik yang mendapatkan penilaian kurang baik. Dari total siswa yang diobservasi, maka siswa yang mendapatkan nilai cukup adalah sebanyak 20 orang, baik 22 orang dan sangat baik adalh 7 orang. Dengan demikian, maka terjadi peningkatan

kemampuan pasing atas siswa yang dilihat dari nilai yang didapatkan oleh masing-masing siswa.

Berdasarkan pada perhitungan statistic terhadap hasil penilaian kemampuan pasing atas peserta didik, maka dapat dilihat terjadi peningkatan jumlah peserta didik yang mendapatkan kriteria baik dan sangat baik setelah dilakukan permainan sasaran tembak. Selain itu, berdasarkan pada uji Paired Sample T-Test, maka dapat dilihat dari nilai t_{hitung} (14.827) > t_{tabel} (2.01063) dan nilai sig. 0.000 < 0.05. Dengan demikian, dalam pengujian hipotesis ini menunjukkan terdapat perbedaan kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya permainan sasaran tembak**.** Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Mitchell, Oslin dan Griffin (2003: 21) menjelaskan "in *Target games*, players score by throwing or striking a ball to a target". *Target games* merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan akurasi yang tinggi dalam permainannya. Permainan ini sebenarnya menjadi dasar bagi permainan-permainan yang lain, karena hampir setiap permainan memiliki target atau goal yang dijadikan sasarannya. Misalnya, permainan bola basket, sepak bola dan sebagainya memiliki sasaran yang bermacam-macam.

Permainan target adalah salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam pendekatan TGFU yang memfokuskan pada aktivitas permainan yang

membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Ciri khas permainan target yaitu: konsentrasi, ketenangan, fokus, no body contact, dan akurasi yang tinggi. Selanjutnya menurut Yuyun Ari Wibowo (2015) konsep umum dari permainan target yaitu mengirimkan objek atau projektil pada sasaran yang ditentukan dalam jumlah eksekusi sesedikit mungkin. Contoh permainan target panahan,bowling, golf, billyard, snooker, permainan target tradisional, dan lain lain

Selain itu, penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Muh. Saud Abdie, dkk. (2019) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik mengalami peningkatan dalam tes ketepatan tendangan shooting. Hal ini dapat dilihat bahwa sebagian besar peserta didik memiliki skor selisih yang besar. Skor selisih tersebut diperoleh dengan mengurangkan skor post-test dengan skor pre-test. Dari 28 anak, hanya tiga anak yang tidak mengalami peningkatan ketepatan shooting.

Riko Akbar, Hermanzoni 2020..Berdasarkan hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara pre test dan post test pengaruh metode latihan permainan target terhadap keterampilan *passing* atas, diperoleht hitung lebih besar dari t-tabel, maka ada perbedaan yang signifikan. Dilihat dari nilai rata-rata antara pre test dan post test terdapat peningkatan yang cukup signifikan yaitu 13.33 %.

Sementara itu, Didit Heri Wibowo. (2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *Passing* atas bola voli pada peserta didik kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal Tahun 2014.Nilai rata-rata hasil belajar *Passing* atas pada siklus pertama (72,84) siklus

kedua (76,52). Sehingga peningkatan hasil belajar dari siklus pertama hingga siklus kedua sebesar (3,68). Sedangkan jumlah peserta didik yang dinyatakan tuntas siklus pertama 27 peserta didik (71%) dan siklus kedua 34 peserta didik (89%). Kesimpulan penelitian ini, bahwa pembelajaran *Passing* atas melalui permainan sasaran tembak bagi peserta didik kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal tahun 2014 dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Faiz Faozi, dkk. (2019). Berdasarkan hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara pre test dan post test pengaruh latihan permainan target terhadap *Passing* atas, yang memiliki nilai t hitung 8.755, t tabel 4.024 (df = 25) karena t hitung lebih besar dari t-tabel maka ada perbedaan yang signifikan. Dilihat dari nilai rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata pre test = 41,33 dan nila rata-rata post test = 47,33 karena nilai ratarata post test lebih besar dari nilai ratarata pre test, maka pengaruh latihan permaianan target terhadap *Passing* atas sebesar = 6 atau 14,5 %.

Bentuk *Target games* yang dapat dilakukan dalam permainan bola voli adalah dengan melakukan *smash* atau *Passing* yang akurat ke sasaran atau target yang dapat mematikan lawan sehingga mendapatkan nilai atau poin. Dalam *Target games* peserta didik didorong mengembangkan kesadaran taktis dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran. Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan peserta didik harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan dengan sebaik-baiknya. Kemampuan untuk memiliki keterampilan dalam permainan target secara

tenang, percaya diri, konsentrasi, dan dasar dari setiap individu untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan diri. fokus pada target akan membantu seorang anak menganggap dirinya mampu serta akan membuat seorang mahapeserta didik merasa positif dan yakin akan kemampuan dirinya. Perubahan itu dapat berupa sesuatu yang baru, yang segera tampak dalam perilaku nyata maupun tersembunyi. Proses belajar dapat berlangsung bila disertai kesadaran dan intensitas kemauan dari individu yang belajar. Sikap dan perbuatan yang ditujukan dalam kemandirian merupakan kebutuhan.

Target games perlu dikemas dalam bentuk permainan. Permainan dapat dimaknai dengan dua pengertian. Pertama, permainan adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menangkalah. Permainan adalah usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik. Permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan kemampuan akurasi pasing atas bola voli Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran masih

menggunakan metode yang monoton dan kurang mengarah pada karakteristik materi yag akan disampaikan. Selain itu, guru harusnya mampu menjembatani tingkat kesulitan materi ajar dengan memberikan metode dan pengemasan materi yang mudah diterima dan dipraktekkan oleh peserta didik.

Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi peserta didik mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan peserta didik untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang peserta didik untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan metode belajar yang baik akan memudahkan guru menyampaikan teknik dasar yang memiliki tingkat kesulitan tinggi. Teknik smash merupakan teknik dasar bermain bolavoli yang paling sulit dilakukan oleh peserta didik. Sehingga perlu adanya kegiatan yang dikemas dengan metode yang disesuaikan dengan kebutuhan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada uji Paired Sample T-Test, maka dapat dilihat dari nilai t_{hitung} (14.827) > t_{tabel} (2.01063) dan nilai sig. 0.000 < 0.05. pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan pasing atas peserta didik sebesar 93.3%. Dengan demikian, dalam pengujian hipotesis ini menunjukkan terdapat perbedaan kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar yang signifikan antara sebelum dan sesudah adanya permainan sasaran tembak**.** Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri 2 Kampar

B. Saran

Dengan adanya pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada peserta didik, maka dapat diberikan beberapa rekomendasi berikut ini:

1. Teoritis

Diharapkan dengan adanya penelitian ini bisa menjadi acuan awal bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian lanjutan dengan menggunakan responden yang lebih luas, dan sekolah lainnya, sehingga lebih memperdalam wawasan tentang pengaruh permainan sasaran tembak terhadap kemampuan pasing atas. Selain itu, juga bisa mengembangkan

variabel lainnya yang dapat meningkatkan kemampuan pasing atas peserta didik.

2. Praktis

a. Bagi Sekolah

Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti, dipahami dan dipraktikkan oleh peserta didik agar peningkatan hasil belajar peserta didik dapat dimaksimalkan.. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

b. Bagi Peserta didik

Hasil penelitian ini sebagai sarana mengevaluasi keberhasilan dalam pembelajaran yang mampu memperhatikan kekatifan dan hasil belajar peserta didik. Peningkatkan ketuntasan belajar peserta didik melalui metode belajar akan memudahkan peserta didik dalam memahami dan menguasai keterampilan yang diajarkan.

DAFTAR PUSTAKA

Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. Ilmu Pendidikan.

Arif Rachman Alhakim, Galih Dwi Pradipta, Muh Isna Nurdin. 2022. Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan *Smash* Dalam Permainan Bola Voli Klub Taruna Merah Putih Semarang. Journal STAND: Sports and Development Volume 2 Nomor 2 Tahun 2021

Bachtiar, dkk. 2001. Permainan Besar II Bola Voli. Jakarta Universitas Terbuka.

Barbara, L. Vierra. 2004. Bola voli Tingkat Pemula. Newark: University Of Delaware.

Beutelstahl, Dieter. 2013. Belajar Bermain Bola *Volley*. Bandung. Pioner Jaya.

Budi, D. R. (2015). Pengaruh Modifikasi Permainan Vobas dan Kebugaran Jasmani terhadap Peningkatan Kerjasama Peserta didik dalam Pembelajaran Penjas di SMP. Thesis. http://repository.upi.edu/id/eprint/17605

Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2019). The Application of Tactical Approaches in Learning Handballs. JUARA : Jurnal Olahraga. https://doi.org/10.33222/juara.v4i2.534

Daryanto, & Tasrial. (2012). Konsep pembelajaran kreatif. Psikologi Pendidikan.

Didit Heri Wibowo. 2015. Pembelajaran *Passing* Atas Bola Voli Melalui Permainan Sasaran Tembak. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations ACTIVE 4 (9) (2015).

Faiz Faozi, Jejen Jaelani, dan Aprizal Fikri. 2019. Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap *Passing* Atas Pada Peserta didik Putra Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sekolah Menengah Kejuruan Doa Bangsa Palabuhanratu. Jurnal Olympia Vol 1 (2) (2019)

Hartono. Juni. 2017. Variasi dan Kombinasi Gerakan *Passing* Bola Voli.Google. Diakses 18 Maret 2023.

Irfan Dani**,** , Iska Noviaridila, dan Zulhendri. (2020) Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Terhadap Kemampuan Bawah Pada Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas IV Di SDN 001 Salo**.** Jurnal Bola (Bersama Olahraga Laju Asia) Nomor 3 volume 1 Tahun 2020.

Iska Noviardila (2018) dengan judul penelitian Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Service Atas Atlet Bolavoli Kab. Kampar. Jurnal Bola (Bersama Olahraga Laju Asia) Nomor 1 Volume 2, Tahun 2018

Kusnandar, K., Purnamasari, D. U., Nurcahyo, P. J., & Darjito, E. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional Banyumas Gol-Golan Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta didik Sekolah Dasar Di Kabupaten Banyumas. Physical Activity Journal. https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.1996

Listiandi, A. D., Kusuma, M. N. H., Budi, D. R., Hidayat, R., Bakhri, R. S., & Abdurahman, I. (2020). Pemanfaatan Aplikasi Smartphone untuk Meningkatkan Daya Tahan Kardiovaskuler dan Self-efficacy. Jendela Olahraga. https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.5442

Lutan, R. (2001). Mengajar Penjas Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar. Jakarta: Direktorat Jendral Olaharaga.

Mitchell, Stephan A., Oslin, Judith L., Griffin, Linda L. (2003). Teaching Sport Concept and Skills a Tactical Games Approach. Illinois: Human kinetics.

Muh. Saud Abdie, Irsan Kahar, Rasyidah Jalil, 2019. Pengaruh Permainan Target Terhadap Kemampuan Shootting Dalam Permainan Sepakbola Pada Peserta didik Kelas XI SMA Negeri 5 Palopo. Universitas Muhammadiyah Palopo

Nur, L., Malik, A. A., Juditya, S., Kastrena, E., Widyawan, D., Agustan, B., Budi, D. R., Ardha, M. A. Al, & Yang, C. B. (2020). Comparison of two types of instruction in physical education. International Journal of Psychosocial Rehabilitation. https://doi.org/10.37200/IJPR/V24I10/PR300205

Prasetyo, Guntum Budi. 2015. Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bola voli (Studi Ekstrakurikuler Bola voli SMK Sultan Agung 1 Tebuireng Jombang). Bravo's Jurnal. Vol. 3, No. 2, Hal. 69-79.

Rahmat Hidayat. YR1 , Iska Noviardila, dan Yusnira (2022). Pengaruh Metode Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Servis Atas Tim Bolavoli Putra Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler MTs S PP Muallimin Muhammadiyah Bangkinang. Jurnal Bola (Bersama Olahraga Laju Asia) Nomor 5 Volume 2, Tahun 2022

Sayfei, M., Budi, D. R., Himawan Kusuma, M. N., & Listiandi, A. D. (2020). Identifikasi Keberbakatan Menggunakan Metode Australian Sport Search Terhadap Kesesuaian Cabang Olahraga Pada Anak Sekolah Dasar. Physical Activity Journal. https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2285

Setiawan, A., Yudiana, Y., Ugelta, S., Oktriani, S., Budi, D. R., & Listiandi, A. D. (2020). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga Peserta didik Sekolah Dasar: Pengaruh Keterampilan Motorik (Tinggi) dan Model Pembelajaran (Kooperatif). TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School. https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24513

Suhartoyo, T., Budi, D. R., Kusuma, M. N. H., Syafei, M., Listiandi, A. D., & Hidayat, R. (2019). Identifikasi Kebugaran Jasmani Peserta didik SMP Di Daerah Dataran Tinggi Kabupaten Banyumas. Physical Activity Journal. https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.1995

Suherman, A. (2009). Revitalisasi Pengajaran dalam Pendidikan Jasmani. CV. Bintang Warli Artika.

Sunardi dan Dedy Whinata Kardiyanto. 2015. Surakarta*:* UPT Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS Press).

Yulianingsih dan Iskandar. 2015. Peningkatan Keterampilan *Passing* Atas Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Bermain Peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Ambawang Kabupaten Kubu Raya. Jurnal Pendidikan Olahraga. Vol. 4, No. 2. Hal. 157-169.

Novi, Lestari. 2008. Melatih Bola voli Remaja. Yogyakarta: PT Citra Aji Parama.

Syarifuddin, Aip. 2003. Panduan Olahraga Bola voli. Jakarta: Grasindo.

Yusuf, B. B. (2017). Konsep Dan Indikator Pembelajaran Efektif. In Jurnal Kajian Pembelajaran dan Keilmuan.