

## DAFTAR PUSTAKA

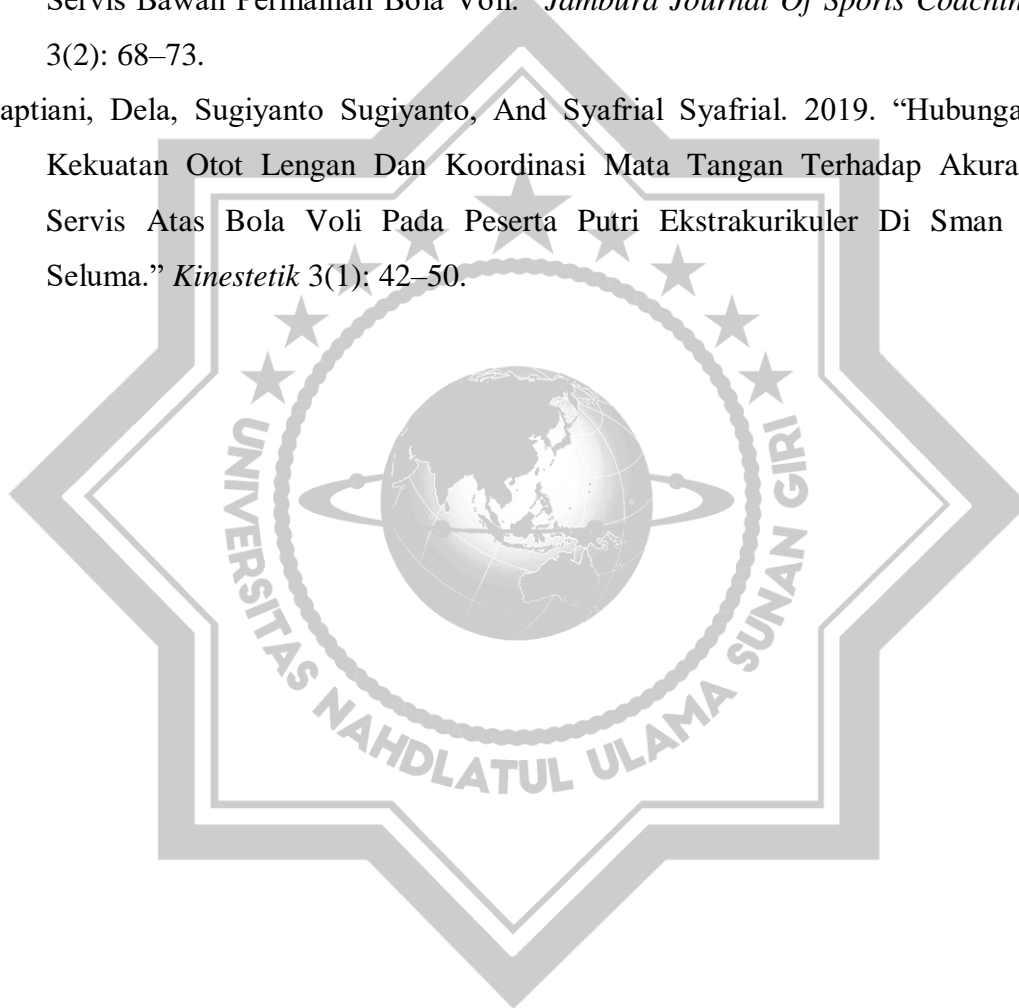
- Achmad, Irfan Zinat, Rizki Aminudin, Rhama Nurwasyah Sumarsono, And Bayu Mahardika. 2019. "Tingkat Ketrampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Mahasiswa Pjkr Semester Ii Di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019 Irfan Zinat Achmad, Rizki Aminudin, Rhama Nurwasyah Sumarsono, Dhika Bayu Mahardika." 5(2): 48–60.
- Coaching, Journal, And Education Sports. 2020. "Kontribusi Kondisi Fisik Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli Contribution Of Physical Conditions To Lower Service Ability In Volleyball Games." 1(2): 151–60.
- Fernandes, Daud Markus Et Al. 2016. "Mengukur Hasil Belajar Pada Aspek Pengetahuan Mata Pelajaran Pjok." : 293–308.
- Hariyanto, Budi. 2017. "Teknik Open Smash Bola Voli Pada Ekstrakurikuler ( Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Negeri 1 Pelaosan ) Taufik Hidayat." 05: 738–42.
- Husaeni, Arif, Irfan Zinat Achmad, And Rhama Nurwansyah. 2022. "Survei Tingkat Keterampilan Servis Atas Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli." *Jurnal Patriot* 4(3): 242–51.
- Jasmani, Mahasiswa S- Pendidikan Et Al. 2015. "Pengaruh Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bolavoli ( Studi Pada Siswa Kelas Viic Smpn 1 Tulangan Kabupaten Sidoarjo ) Ahmad Ghufron Is Cahyanto Taufiq Hidayat." (22): 691–95.
- Lolang, Enos. 2015. "Yaitu Hipotesis Yang Akan Diuji. Biasanya, Hipotesis Ini Merupakan Pernyataan Yang Menunjukkan Bahwa Suatu Parameter Populasi Memiliki Nilai Tertentu." (3): 685–95.
- Mawarti, Sri. 2015. "Permainan Bolavoli Mini." 6(November): 67–72.
- Prastowo, Gurit. 2015. "Pengaruh Metode Pembelajaran Part Practice Terhadap Hasil Belajar ( Studi Pada Siswa Kelas Xi-Ips Sma Negeri 1 Cerme ) Gurit Prastowo Abdul Rachman Syam T Abstrak." : 747–49.
- Pratama, Yoga Anjas. 2019. "Integrasi Pendidikan Madrasah Dalam Sistem Pendidikan Nasional ( Studi Kebijakan Pendidikan Madrasah Di Indonesia ) Pendahuluan Madrasah Ialah Lembaga Pendidikan Yang Lahir Untuk

- Masyarakat . Malik Fadjar Mengatakan Bahwa ‘ Madrasah Adalah Madrasah ’ Yang.” 10(I): 95–112.
- Rahmadini, Diveti Arsa. 2020. “Pengaruh Metode Pembelajaran Part And Whole Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas ( Crawl ) ( Studi Pada Siswa Kelas Vii Smp Al-Falah Surabaya ) Diveti Arsa Rahmadini \*, Setiyo Hartoto.” : 257–61.
- Ramadhan, Suci Rahmatul Navidhiya. 2018. “Pengaruh Metode Pembelajaran Part Practice Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket Suci Rahmatul Navidhiya Ramadhan \*, Abdul Rachman Syam Tuasikal.” : 499–502.
- Riyanto, Herman. 2015. “Perbandingan Metode Pembelajaran Part Practice Dan Whole Practice Terhadap Hasil Belajar Service Bawah Bolavoli ( Studi Pada Siswa Kelas Vii Smpn 2 Arjasa Sumenep Tahun Ajaran 2014 – 2015 ) Herman Rianto Sudarso Abstrak.” 03: 678–85.
- Ruslan, Ruslan. 2021. “Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli.” *Jambura Journal Of Sports Coaching* 3(2): 68–73.
- Saptiani, Dela, Sugiyanto Sugiyanto, And Syafrial Syafrial. 2019. “Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Servis Atas Bola Voli Pada Peserta Putri Ekstrakurikuler Di Sman 2 Seluma.” *Kinestetik* 3(1): 42–50.
- Satrianto, Syadam Budi. 2014. “Pengaruh Model Pembelajaran Langsung Dengan Menggunakan Modifikasi Bolavoli Mini Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah ( Studipadasiswakelas Vii Smp Negeri 2 Kutorejo , Mojokerto ) Syadam Budi Satrianto Heryanto Nur Muhammad Abstrak.” 02: 840–43.
- Septiana, Ayu Rosa Et Al. “Penerapan Metode Pembelajaran Part Practice Terhadap Hasil Belajar Lay Up Bola Basket ( Studi Pada Siswa Kelas Viii Di Smp N 2 Taman Sidoarjo ).” : 877–82.
- Sri Ayu, Novi. 2017. “Analisis Penerapan Metode Inkuiri Terbimbing Terhadap Hasil Belajar Siswa.” *Program Studi Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Pasundan Bandung*: 72. [Http://Repository.Unpas.Ac.Id/30547/5/Bab Iii.Pdf](http://Repository.Unpas.Ac.Id/30547/5/Bab%20Iii.Pdf).
- Sudrajat, Akhmad. 2015. “Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik,

- Taktik, Dan Model Pembelajaran.” (1).
- Syaleh, Muhammad. 2017. “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Lempar Pukul Bola Kertas Pada Siswa Kelas Vii Smp.” *Jurnal Prestasi* 1(1): 23–30.
- Tapo, Yohanes Bayo Ola. 2019. “Eissn 2580-6033 Pengembangan Model Latihan Sirkuit Pasing Bawah T-Desain ( Spbt-Desain ) Bola Voli Sebagai Bentuk Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Untuk Tingkat Sekolah Menengah Yohanes Bayo Ola Tapo Dosen Pjkr Stkip Citra Bakti Email : Yoh.” 3(2).
- Wulandari, Sabila Ayu. 2019. “Perbandingan Metode Pembelajaran Whole Practice Dengan Part Practice Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Gedangan Sabila Ayu Wulandari \*, Sudarso.” 29: 201–6.
- Amadhan, Suci Rahmatul Navidhiya. 2018. “Pengaruh Metode Pembelajaran Part Practice Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket Suci Rahmatul Navidhiya Ramadhan \*, Abdul Rachman Syam Tuasikal.” : 499–502.
- Riyanto, Herman. 2015. “Perbandingan Metode Pembelajaran Part Practice Dan Whole Practice Terhadap Hasil Belajar Service Bawah Bolavoli ( Studi Pada Siswa Kelas Vii Smpn 2 Arjasa Sumenep Tahun Ajaran 2014 – 2015 ) Herman Rianto Sudarso Abstrak.” 03: 678–85.
- Ruslan, Ruslan. 2021. “Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli.” *Jambura Journal Of Sports Coaching* 3(2): 68–73.
- Saptiani, Dela, Sugiyanto Sugiyanto, And Syafrial Syafrial. 2019. “Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Servis Atas Bola Voli Pada Peserta Putri Ekstrakurikuler Di Sman 2 Seluma.” *Kinestetik* 3(1): 42–50.
- Satrianto, Syadam Budi. 2014. “Pengaruh Model Pembelajaran Langsung Dengan Menggunakan Modifikasi Bolavoli Mini Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah ( Studipadasiswakelas Vii Smp Negeri 2 Kutorejo , Mojokerto ) Syadam Budi Satrianto Heryanto Nur Muhammad Abstrak.” 02: 840–43.
- Mahardika. 2019. “Tingkat Ketrampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli

- Mahasiswa Pjkr Semester Ii Di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019 Irfan Zinat Achmad, Rizki Aminudin, Rhama Nurwasyah Sumarsono, Dhika Bayu Mahardika.” 5(2): 48–60.
- Coaching, Journal, And Education Sports. 2020. “Kontribusi Kondisi Fisik Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli Contribution Of Physical Conditions To Lower Service Ability In Volleyball Games.” 1(2): 151–60.
- Fernandes, Daud Markus Et Al. 2016. “Mengukur Hasil Belajar Pada Aspek Pengetahuan Mata Pelajaran Pjok.” : 293–308.
- Hariyanto, Budi. 2017. “Teknik Open Smash Bola Voli Pada Ekstrakurikuler ( Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Negeri 1 Pelaosan ) Taufik Hidayat.” 05: 738–42.
- Husaeni, Arif, Irfan Zinat Achmad, And Rhama Nurwansyah. 2022. “Survei Tingkat Keterampilan Servis Atas Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli.” *Jurnal Patriot* 4(3): 242–51.
- Sudrajat, Akhmad. 2015. “Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik, Taktik, Dan Model Pembelajaran.” (1).
- Syaleh, Muhammad. 2017. “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Lempar Pukul Bola Kertas Pada Siswa Kelas Vii Smp.” *Jurnal Prestasi* 1(1): 23–30.
- Tapo, Yohanes Bayo Ola. 2019. “Eissn 2580-6033 Pengembangan Model Latihan Sirkuit Pasing Bawah T-Desain ( Spbt-Desain ) Bola Voli Sebagai Bentuk Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Untuk Tingkat Sekolah Menengah Yohanes Bayo Ola Tapo Dosen Pjkr Stkip Citra Bakti Email : Yoh.” 3(2).
- Wulandari, Sabila Ayu. 2019. “Perbandingan Metode Pembelajaran Whole Practice Dengan Part Practice Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Gedangan Sabila Ayu Wulandari \*, Sudarso.” 29: 201–6.
- Amadhan, Suci Rahmatul Navidhiya. 2018. “Pengaruh Metode Pembelajaran Part Practice Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket Suci Rahmatul Navidhiya Ramadhan \*, Abdul Rachman Syam Tuasikal.” : 499–502.

- Riyanto, Herman. 2015. "Perbandingan Metode Pembelajaran Part Practice Dan Whole Practice Terhadap Hasil Belajar Service Bawah Bolavoli ( Studi Pada Siswa Kelas Vii Smpn 2 Arjasa Sumenep Tahun Ajaran 2014 – 2015 ) Herman Rianto Sudarso Abstrak." 03: 678–85.
- Ruslan, Ruslan. 2021. "Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli." *Jambura Journal Of Sports Coaching* 3(2): 68–73.
- Saptiani, Dela, Sugiyanto Sugiyanto, And Syafrial Syafrial. 2019. "Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Servis Atas Bola Voli Pada Peserta Putri Ekstrakurikuler Di Sman 2 Seluma." *Kinestetik* 3(1): 42–50.



# UNUGIRI

## LAMPIRAN LAMPIRAN

### Lampiran 1

DAFTAR NILAI UJIAN PRAKTIK PJOK		
MATERI BOLA BESAR		
SUB TEMA BOLA VOLI		
NO	NAMA	NILAI
1	Amd	70
2	Aln	68
3	Clv	68
4	Dnl	60
5	Dvn	75
6	Del	68
7	Dw	60
8	Ddn	60
9	Di	85
10	Els	70
11	Fqn	68
12	Gt	68
13	Hld	68
14	Kvz	68
15	Lhn	68
16	Mhl	70
17	Mr	70
18	Hafz	60
19	Mtf	65
20	Dnl	65
21	Nl	60
22	Nd	68
23	Nzm	70
24	Pnj	68
25	Pk	70
26	Rk	65
27	Rsm	65
28	Rsyf	70
29	Rzk	75
30	Rhm	60
31	Rph	65
32	Slf	65
33	Ulf	60
34	Wd	70
35	Wdn	60
36	Nn	60

**Lampiran 2****Dokumen Observasi**

Gambar 5.1  
Wawancara dengan guru PJOK MTs TBB  
(sumber pribadi)

UNUGIRI

### Lampiran 3

### Surat penelitian



**FKIP UNUGIRI**

**UNIVERSITAS MAHLATUL ULAMA SUNAN GIRI**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN**  
**ILMU PENDIDIKAN**  
 UNUGIRI - TERAKREDITASI BAN-PT  
 Nomor SK : 991/SK/BAN-PT/Akred/PT/XI/2020

---

Jl. A. Yani No.10 Bojonegoro 62115 Telp. (0353) 887341 Email : fkip@unugiri.ac.id Website : http://www.fkip.unugiri.ac.id

Nomor : 145/SOb/FKIP/071088/VI/2023. Bojonegoro, 5 juni 2023  
 Lamp : -  
 Perihal : Izin Penelitian

Yth.  
 Kepala Sekolah MTs Tarbiyatul Banin-Banat  
 di  
 Tempat

*Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh,*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian skripsi, maka setiap mahasiswa diwajibkan menyusun skripsi sehingga diperlukan data dari instansi/lembaga terkait.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, mohon dapat diizinkan melaksanakan penelitian pada instansi/Lembaga yang Bapak/Ibu pimpin bagi, bagi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan tersebut dibawah ini

Nama	: Sandika Dwi Arga Dinata
Nim	: 3220190394
Mahasiswa	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul	: Pengaruh Metode Part Practice Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Servis Bawah Bola Voli Siswa Mts Tarbiyatul Banin-Banat Montong Tuban
Dosen Pembimbing 1	: Olivia Dwi Cahyani, S.Pd., M.Pd
Dosen Pembimbing 2	: Nurman Ramadhan, S.Pd., M.Pd
Waktu Penelitian	: Bulan Juli-Agustus 2023
Sasaran	: Siswa Mts Tarbiyatul Banin-Banat Montong Tuban

Demikian atas segala bantuan serta kerja sama yang baik, Kami ucapkan terimakasih.  
*Wallahul Muwaffiq Ila Aqwarimith Thariq*  
*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh*

Dekan FKIP,



**Astrid Chandra Sari, M.Pd.**  
 NIDN 0721059101

Gambar 5.2  
 Scan surat penelitian  
 (sumber pribadi)



## Lampiran 4

### Surat balasan penelitian



**YAYASAN AL - CHUSNANIYAH**  
 SK.KEMENKUMHAM NO : AHU – 0012835.12.TAHUN 2022  
**MADRASAH TSANAWIYAH TARBIYATUL BANIN BANAT**  
 STATUS: TERAKREDITASI "A" NSM : 121.23.52.30.022, NPSN : 20582691  
 Sekretariat : Jl. KH. Chusnan Ali No: 02 Jetak Montong Tuban Email : [msthb@yahoo.co.id](mailto:msthb@yahoo.co.id) Tlp (0356) 611517

#### SURAT KETERANGAN

Nomor : MTs.537/B//3/VII/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **ABD. SALAM S, S.Ag.,MA**  
 NIP : **197112012006041001**  
 Jabatan : Kepala MTs. Tarbiyatul Banin Banat Jetak Montong Tuban  
 Alamat : Desa Jetak Kecamatan Kabupaten Tuban

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **SANDIKA DWI ARGA DINATA**  
 Tempat/Tanggal Lahir : **Tuban, 20 FEBRUARI 1999**  
 NIM : **3220190394**  
 Fakultas/Prodi : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**  
 Angkatan : **2019**  
 Asal Perguruan Tinggi : **UNUGIRI BOJONEGORO**

Mahasiswa tersebut benar-benar telah melaksanakan penelitian dengan judul " PENGARUH METODE PART PRACTICE TERHADAP HASIL BELAJAR TEKNIK DASAR SERVIS BAWAH BOLA VOLI SISWA MTs TARBIYATUL BANIN-BANAT MONTONG TUBAN " yang dilaksanakan pada tanggal 17 juli s/d 05 Agustus 2023 di MTs. Tarbiyatul Banin Banat Jetak Montong Tuban.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jetak, 05 Agustus 2023

Kepala MTs. Tarbiyatul Banin Banat  
  
**ABD. SALAM S, S.Ag.,MA**  
 NIP. 197112012006041001



Gambar 5.3  
 Scan surat balasan penelitian  
 (sumber pribadi)

## Lampiran 5

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN( RPP )

pertemuan pertama pengambilan nilai awal

Sekolah : MTS Tarbiyatul banin banat  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani  
 Kelas/Semester : VII/ (tuju)  
 Materi Pokok : Permainan Bola Voli  
 Alokasi Waktu : 1 Pertemuan (2 Jp 40 menit x 2)

#### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang pengetahuan tentang bola voli.

#### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	3.1. Melakukan servis bawah bola voli	3.1.1 Penilaian dalam Melakukan servis bawah bola voli

#### C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan peserta didik dapat :

1. Menjelaskan teknik teknik dasar servis bawah bola voli sesuai dengan gambaran individu, kemudian di evaluasi bersama.
2. Mampu melakukan teknik servis bawah

#### D. Materi Pembelajaran

##### 1. Materi Pembelajaran Reguler

Permainan bola voli merupakan permainan bola besar beregu yang memerlukan keterampilan kerja sama yang baik. Kerja sama yang terjalin akan mnghasilkan sebuah prestasi yang baik pula. Untuk itu di perlukan teknik-teknik permainan yang beragam, baik individu mupun tim.

##### a. Teknik dengan bola

Cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam melakukan servis bawah bola voli.

- Teknik dengan bola

Terdiri dari :

1. Teknik servis bawah bola voli

**b.** Teknik pengambilan nilai

a. Peserta tes berdiri di daerah servis dan melakukan servis bawah sebanyak 10 kali repetisi.

b. Peserta dianjurkan untuk mengarahkan bola pada area sasaran nilai tertinggi.

4. Pencatat Hasil

c. Nilai diberikan kepada pelaksanaan servis bawah yang benar.

d. Besarnya nilai sesuai dengan jatuhnya bola pada sasaran angka 1, 2, 3, dan 4

e. Bila bola yang jatuh digaris batas akan diberikan nilai pada sasaran yang lebih tinggi, misalnya antara angka 2 dan 3, maka dihitung dengan nilai 3.

f. Nilai ahir adalah yang di peroleh setelah 10 kali melakukan servis

**c.** Teknik servis

➤ Servis bawah

- ❖ Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.
- ❖ Bola di pegang oleh tangan kiri.
- ❖ Kemudian lambungkan bola setinggi bahu.
- ❖ Lalu pada saat yang bersamaan lengan kanan di ayunkan ke belakang, selanjutnyapukul bola dengan tangan kanan.

**E.** Media dan Bahan Pembelajaran

- lembar penilaian
- Peluit
- Stop Watch
- Lapangan bola voli lengkap dengan penskoran

**F.** Langkah- langkah Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ul>	10 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemanasan statis dan dinamis</li> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan teknik dasar servis bawah bola voli dengan rincian kegiatan sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik berdiri berhadapan dengan jarak <math>\pm 3</math> m kemudian melakukan servis bawah dengan bola ke arah lapangan yang sudah di beri nilai</li> <li>• Pendidik melakukan test dengan menggunakan instrument penilaian servis.</li> <li>• Koreksi gerakan : Peserta didik dikumpulkan dengan formasi setengah lingkaran koreksi terhadap gerakan servis bawah bola voli</li> </ul> </li> </ul>	60 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menarik kesimpulan dari hasil Pembelajaran atau test yang di lakukan.</li> </ul>	10 Menit

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN( RPP )

### pertemuan ke dua dan ke tiga *treatment*

**Sekolah** : MTS Tarbiyatul banin banat

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani

**Kelas/Semester** : VII/ (tuju)

**Materi Pokok** : Permainan Bola Voli

**Alokasi Waktu** : 1 Pertemuan (2 Jp 40 menit x 2)

#### Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang pengetahuan tentang bola voli.

#### G. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	3.1. Melakukan gerak dalam melakukan servis bawah bola voli sesuai dengan runtutan yang di ajarkan	3.1.2 Melakukan teknik dasar servis bawah bola voli dengan baik dan benar

#### A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan peserta didik dapat :

1. Menjelaskan teknik teknik dasar servis bawah bola voli sesuai dengan gambaran individu
2. Mampu melakukan teknik servis bawah bola voli dengan baik dan benar bagian perbagian.

#### B. Materi Pembelajaran

##### 1. Materi Pembelajaran Reguler

Permainan bola voli merupakan permainan bola besar beregu yang memerlukan keterampilan kerja sama yang baik. Kerja sama yang terjalin akan menghasilkan sebuah prestasi yang baik pula. Untuk itu di perlukan teknik-teknik permainan yang beragam, baik individu maupun tim. Teutama teknik servis bola voli merupakan modal awal dalam permainan bola voli.

c. Teknik tanpa bola

Cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam melakukan servis dengan ayunan tangan dan di ikuti gerakan lanjutan sesuai dengan metode yang telah di ajarkan yaitu *part practice*.

d. Teknik dengan bola

Terdiri dari :

1. Teknik servis bawah bola voli

Teknik servis.

- Servis bawah
  - ❖ Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.
  - ❖ Bola di pegang oleh tangan kiri.
  - ❖ Kemudian lambungkan bola setinggi bahu.
  - ❖ Lalu pada saat yang bersamaan lengan kanan di ayunkan ke belakang, selanjutnyapukul bola dengan tangan kanan.

C. Metode Pembelajaran.

Metode Bagian (*part practice*)

D. Media dan Bahan Pembelajaran

- buku pjok
- Peluit
- Lapangan bola voli

E. Langkah- langkah Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ul>	<b>10 menit</b>
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemanasan dengan pendekatan game jaring ikan. serta peregangan statis dan dinamis.</li> <li>• Pendidik menayangkan video tentang servis bawah bola voli bola voli</li> <li>• Pendidik/model mendemonstrasikan gerakan teknik dasar permainan bola voli yang telah di telaah.</li> <li>• Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh pendidik/model</li> </ul>	<b>60 menit</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh pendidik</li> <li>• Peserta didik dibagi menjadi 4 kelompok kemudian melakukan servis bawah bola voli ke arah lapangan yang berseberangan.</li> <li>• Kemudian guru mempraktikan dan menjelaskan cara melakukan servis bawah bola voli perbagian.</li> <li>• Di mulai dengan       <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Sikap permulaan: Berdiri di daerah servis menghadap ke lapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri berada di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Bola dipegang pada tangan kiri, tangan kanan boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut agak ditekuk dan berat badan berada di tengah.</li> <li>b. Gerakan pelaksanaan: Bola dilambungkan di depan pundak kanan setinggi 10 sampai 20 cm, pada saat yang bersamaan tangan kanan ditarik ke belakang, kemudian diayunkan kearah depan atas dan mengenai bagian belakang bawah bola. Lengan di luruskan dan telapak tangan atau genggaman tangan ditegangkan.</li> <li>c. Gerak lanjutan: Setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan, dengan melangkahkkan kaki kanan ke depan dan segera masuk ke dalam lapangan untuk mengambil posisi dengan sikap kembali.</li> </ul> </li> </ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melaksanakan tugas gerak dan menampilkan gerak sesuai dengan gerakan yang telah di terangkan</li> <li>• Koreksi gerakan Peserta didik dikumpulkan dengan formasi setengah lingkaran koreksi terhadap gerakan yang di lakukan setelah di lakukan pemberlakuan.</li> </ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain)</li> <li>• Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik</li> <li>• Menarik kesimpulan dari hasil Pembelajaran pada setiap <i>treatmen</i></li> </ul>	<b>10 Menit</b>



**UNUGIRI**



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN( RPP )

### pertemuan ke empat pengambilan nilai ahir

<b>Sekolah</b>	: MTS Tarbiyatul banin banat
<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani
<b>Kelas/Semester</b>	: VII/ (tuju)
<b>Materi Pokok</b>	: Permainan Bola Voli
<b>Alokasi Waktu</b>	: 1 Pertemuan (2 Jp 40 menit x 2)

#### H. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang pengetahuan tentang bola voli.

#### I. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	3.1. Melakukan servis bawah bola voli dengan baik dan benar.	3.1.3 Penilaian dalam Melakukan servis bawah bola voli setelah di lakukan treatment.

#### J. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan peserta didik dapat :

1. Melakukan servis bawah bola voli sesuai dengan harapan pendidik, dengan hasil yang memenuhi standar kelulusan minimum.
2. Mampu melakukan teknik servis bawah dengan baik dan benar.

#### K. Materi Pembelajaran

##### 1. Materi Pembelajaran Reguler

- e. Permainan bola voli merupakan permainan bola besar beregu yang memerlukan keterampilan kerja sama yang baik. Kerja sama yang terjalin akan menghasilkan sebuah prestasi yang baik pula. Untuk itu diperlukan teknik-teknik permainan yang beragam, baik individu maupun tim. Terutama teknik servis bola voli merupakan modal awal dalam permainan bola voli.

- f.* Teknik pengambilan nilai
- a. Peserta tes berdiri di daerah servis dan melakukan servis bawah sebanyak 10 kali repetisi.
  - b. Peserta dianjurkan untuk mengarahkan bola pada area sasaran nilai tertinggi.

4. Pencatat Hasil

- a. Nilai diberikan kepada pelaksanaan servis bawah yang benar.
  - b. Besarnya nilai sesuai dengan jatuhnya bola pada sasaran angka 1, 2, 3, dan 4
  - c. Bila bola yang jatuh digaris batas akan diberikan nilai pada sasaran yang lebih tinggi, misalnya antara angka 2 dan 3, maka dihitung dengan nilai 3.
  - d. Nilai ahir adalah yang di peroleh setelah 10 kali melakukan servis
- g.* Teknik servis
- Servis bawah
    - ❖ Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.
    - ❖ Bola di pegang oleh tangan kiri.
    - ❖ Kemudian lambungkan bola setinggi bahu.
    - ❖ Lalu pada saat yang bersamaan lengan kanan di ayunkan ke belakang,
    - ❖ selanjutnyapukul bola dengan tangan kanan

**L.** Media dan Bahan Pembelajaran

- lembar penilaian intrument
- Peluit
- Bola voli
- Lapangan bola voli
- Stop Watch

**M.** Langkah- langkah Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ul>	<b>10 menit</b>

<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemanasan statis dan dinamis, kemudian melakukan servis bawah bola voli dengan berulang ulang sebagai pemanasan.</li> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan teknik dasar servis bawah bola voli sebelum melakukan tes sebanyak 3 kali             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menunggu giliran sesuai absen di samping lapangan.</li> <li>• Peserta didik berdiri berhadapan dengan jarak <math>\pm</math> 3 m kemudian melakukan servis bawah dengan bola ke arah lapangan yang berseberangan.</li> <li>• Peserta didik dikumpulkan dengan formasi setengah lingkaran memberikan motivasi dan informasi seputar hasil test.</li> </ul> </li> </ul>	<b>60 menit</b>
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain)</li> </ul>	<b>10 Menit</b>

## Lampiran 6

## Hasil Data Awal Pre Test

FORMULIR TES PRE TEST SERVIS BAWAH BLAVOLI																
NO	NAMA	L/P	KELAS	HASIL TES SERVIS KE										JUMLAH	RATA-RATA	KATEGORI
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Amd	L	VII	2	2	1	1	0	0	0	0	0	2	6		
2	Aln	P	VII	0	0	0	0	0	4	2	1	2	9			
3	Clv	L	VII	3	0	1	2	0	0	0	0	0	2	6		
4	Dnl	L	VII	2	3	1	1	1	0	0	0	1	2	11		
5	Dvn	L	VII	0	0	2	2	1	2	2	0	0	9			
6	Dcl	P	VII	0	0	1	2	1	2	2	0	0	9			
7	Dw	P	VII	1	1	0	0	0	0	0	2	0	10			
8	Ddn	L	VII	1	2	0	2	2	2	0	0	0	9			
9	Di	P	VII	0	0	2	1	1	1	0	2	2	9			
10	Els	P	VII	0	4	0	0	3	3	2	2	1	16			
11	Fqn	L	VII	4	2	0	0	0	0	1	0	3	4	14		
12	Gt	P	VII	0	0	1	1	2	0	1	0	1	2	9		
13	Hld	P	VII	0	0	0	0	2	1	3	3	0	0	9		
14	Kvz	P	VII	0	0	1	3	4	0	0	0	0	2	10		
15	Lhn	L	VII	0	1	1	0	2	2	0	0	1	6	7		
16	Mhl	P	VII	2	1	1	0	0	2	0	1	1	9			
17	Mrza	P	VII	1	0	2	2	0	1	0	0	2	6			
18	hiz	L	VII	2	1	2	1	1	1	0	2	0	1	11		
19	mtf	L	VII	2	1	0	1	2	2	0	0	0	1	9		
20	dnl	P	VII	0	2	0	0	3	0	2	1	1	0	9		
21	Nl	P	VII	0	2	0	1	0	2	0	2	0	0	8		
22	Nd	P	VII	0	2	2	0	1	2	0	2	0	0	9		
23	Nzm	L	VII	3	1	0	1	0	0	4	0	3	3	15		
24	Pnj	L	VII	2	2	1	0	2	2	0	2	0	3	14		
25	Pk	L	VII	0	3	0	2	2	0	1	3	3	0	14		
26	Rk	P	VII	0	0	0	1	2	0	2	2	2	1	8		
27	Rsm	P	VII	2	0	0	0	0	2	0	2	0	0	10		
28	Rsyf	P	VII	0	2	0	2	0	1	2	3	0	0	10		
29	Rzk	L	VII	2	0	2	1	0	2	0	1	0	3	11		
30	Rhm	P	VII	0	2	0	2	0	2	0	0	0	1	2		
31	Rph	P	VII	0	2	0	0	0	0	1	2	0	0	5		
32	Slf	P	VII	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	3		
33	Ulf	L	VII	3	0	2	3	1	0	2	2	0	0	13		
34	Wd	L	VII	1	0	3	0	2	0	2	1	0	0	9		
35	Wdn	L	VII	3	3	3	0	2	0	1	0	4	0	16		
36	Nn	L	VII	0	1	2	0	2	0	2	0	4	0	11		

NILAI

TINGGI
RENDAH
RATA-RATA
SD
MEDIAN

Gambar 5.5 hasil pre test

(sumber doc. Pribadi)

## Lampiran 7

### Dokumentasi pengambilan data awal



Gambar 5.6  
Pengambilan nilai awal  
(sumber pribadi)



Gambar 5.7  
Pengambilan nilai awal  
(sumber pribadi)



Gambar 5.8  
Pengambilan nilai awal  
(sumber pribadi)

SITAS NAHDLATUL ULAMA SUNI

# UNUGIRI

## Lampiran 8

Hasil data ahir *post test*

FORMULIR TES POST TEST SERVIS BAWAH BLAVOLI																
NO	NAMA	L/P	KELAS	HASIL TES SERVIS KE										JUMLAH	RATA-RATA	KATEGORI
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Amd	L	VII	3	4	4	-	4	0	2	0	0	17			
2	Aln	P	VII	-	-	2	2	3	1	3	2	15				
3	Clv	L	VII	0	3	3	2	2	2	1	2	2	20			
4	Dnl	L	VII	4	0	2	2	4	2	2	0	3	22			
5	Dvn	L	VII	2	2	2	0	3	3	0	2	1	17			
6	Del	P	VII	0	3	3	0	2	2	1	1	3	15			
7	Dw	P	VII	0	1	0	3	2	2	3	0	0	14			
8	Ddn	L	VII	0	0	0	1	3	2	3	4	2	17			
9	Di	P	VII	2	2	3	0	2	0	3	1	0	15			
10	Els	P	VII	2	2	2	0	0	2	3	3	3	20			
11	Fqn	L	VII	3	0	3	4	2	0	2	2	3	22			
12	Gt	P	VII	1	0	2	0	3	0	3	3	0	14			
13	Hld	P	VII	0	2	0	3	3	2	1	1	4	16			
14	Kvz	P	VII	2	3	0	0	3	0	2	3	3	18			
15	Lhn	L	VII	2	2	4	0	3	3	0	2	3	19			
16	Mhl	P	VII	0	0	3	2	2	3	2	1	3	16			
17	Mrza	P	VII	0	1	3	0	0	3	1	2	0	11			
18	hiz	L	VII	2	0	3	3	0	4	0	1	0	16			
19	mtf	L	VII	0	2	0	4	3	3	3	0	4	21			
20	dnl	P	VII	2	1	0	3	2	3	3	0	1	17			
21	Nl	P	VII	0	2	2	1	0	0	4	3	3	12			
22	Nd	P	VII	4	3	0	2	0	0	3	3	0	12			
23	Nzm	L	VII	2	1	3	0	3	3	3	0	4	19			
24	Pnj	L	VII	4	2	4	0	3	0	2	0	4	19			
25	Pk	L	VII	3	2	3	0	4	0	4	2	1	23			
26	Rk	P	VII	2	1	3	1	3	2	2	3	0	18			
27	Rsm	P	VII	0	0	1	3	2	0	3	3	0	15			
28	Rsyf	P	VII	3	1	0	2	0	2	2	0	0	13			
29	Rzk	L	VII	2	3	4	3	2	2	2	0	0	19			
30	Rhm	P	VII	2	0	4	0	2	3	0	3	2	19			
31	Rph	P	VII	0	0	2	2	1	2	1	0	1	11			
32	Slf	P	VII	0	2	1	1	2	0	1	2	3	12			
33	Ulf	L	VII	1	2	2	0	3	3	3	4	0	19			
34	Wd	L	VII	2	0	3	0	3	3	4	1	1	19			
35	Wdn	L	VII	0	0	2	2	0	4	4	4	0	18			
36	Nu	L	VII	1	3	3	4	0	2	2	3	1	21			

NILAI

TINGGI

RENDAH

RATA-RATA

SD

MEDIAN

Gambar 5.9 hasil *post test*

(sumber doc. Pribadi)

UNUGIRI

## Lampiran 9

### Dokumentasi pengambilan nilai akhir



Gambar 5.10  
Pengambilan nilai akhir  
(sumber pribadi)



Gambar 5.11 pengambilan nilai akhir  
(sumber doc. Pribadi)

UNUGIRI



**Lampiran 10****Dokumentasi *treatmen* 1**

Gambar 5.12  
Treatmen pertama  
(sumber pribadi)

UNUGIRI



Gambar 5.13 Treatmen pertama  
(sumber pribadi)

UNUGIRI



Gambar 5.14 Treatmen pertama  
(sumber pribadi)

UNUGIRI



Gambar 5.15  
Treatmen pertama  
(sumber pribadi)

UNUGIRI

**Lampiran 10****Dokumentasi *treatmen* 2**

Gambar 5.16  
Treatmen kedua  
(sumber pribadi)

UNUGIRI



Gambar 5.17  
Treatmen kedua  
(sumber pribadi)

UNCGIRI



Gambar 5.18  
Treatmen kedua  
(sumber pribadi)

UNUGIRI



Gambar 5.19 Treatmen kedua  
(sumber pribadi)

