

**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN *SERVICE* BAWAH  
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PERMAINAN GATRIK BOLA  
VOLI MINI SISWA KELAS V SD NEGERI  
NGADILUHUR I**

**SKRIPSI**

Skripsi disusun sebagai salah satu syarat untuk

Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

oleh

Violina Amelia Putri  
3220200474

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**


**2024**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini telah melalui cek plagiarisme dan dinyatakan layak dan lolos oleh tim plagiarisme.



egoro, 14 Juli 2024

  
Violina Amelia Putri  
3220200474

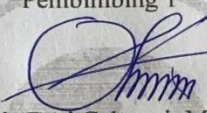
## HALAMAN PERSETUJUAN

Usulan Penelitian oleh : Violina Amelia Putri  
NIM : 3220200474  
Judul : Upaya Peningkatan Pembelajaran Service Bawah  
Melalui Pendekatan Bermain Permainan Gatrik Bola  
Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri Ngadiluhur 1

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang skripsi

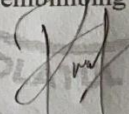
Bojonegoro, 10 Juli 2024

Pembimbing 1

  
Olivia Dwi Cahyani, M.Pd.

NIDN : 0729098702

Pembimbing 11

  
Rohmad Apriyanto, M.Pd.

NIDN : 0704048703

UNUGIRI

**HALAMAN PENGESAHAN**

Usulan Penelitian oleh : Violina Amelia Putri  
NIM : 3220200474  
Judul : Upaya Peningkatan Pembelajaran Service Bawah  
Melalui Pendekatan Bermain Permainan Gatrik Bola  
Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri Ngadiluhur 1  
Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 17 Juli 2024

Dewan Penguji

Penguji I



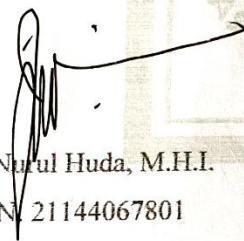
Dr. Hasan Saifuddin, M.Pd.  
NIDN. 0716039801

Penguji III



Olivia Dwi Cahyani, M.Pd.  
NIDN. 0729098702

Penguji II



Dr. Nurul Huda, M.H.I.  
NIDN. 21144067801

Penguji IV



Rohmad Apriyanto, M.Pd.  
NIDN: 0704048703

Mengetahui,

Dekan Fakultas

Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd.  
NIDN. 0721059101

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Hilmy Aliriad, M.Pd.  
NIDN: 0707048904

## **MOTO**

“Direndahkan di mata manusia di tinggikan di mata Tuhan, Masa depan adalah milik mereka yang percaya dengan impiannya dan jangan biarkan impianmu di jajah oleh pendapat orang lain”



# **UNUGIRI**

## KATA PENGANTAR

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas berkah, rahmat dan hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis, sehingga bisa menyelesaikan Skripsi dengan judul “Upaya Peningkatan Pembelajaran *Service* Bawah Melalui Pendekatan Bermain Permainan Gatrik Bola Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri Ngadiluhur I.

Penyusunan Skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang penulis hadapi namun pada akhirnya dapat melaluinya berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spiritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. H Yogi Prana Izza Lc.M.A. selaku PLT Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri beserta jajarannya yang telah menyediakan berbagai fasilitas dan pelayanan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
2. Ibu Astrid Candra Sari, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
3. Bapak Dr. Hilmy Aliriad M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
4. Ibu Olivia Dwi Cahyani, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang selalu bersedia memberikan saran, dukungan dan do'a serta selalu sabar dan sukarela dalam membimbing hingga penyusunan Skripsi ini selesai.
5. Bapak Rohmad Apriyanto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan selama penyusunan Skripsi.
6. Seluruh jajaran Dosen dan Staf Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
7. Seluruh responden yang telah bersedia membantu dan meluangkan waktu dalam pelaksanaan penelitian.
8. Kepala SD Negeri Ngadiluhur 1 yang telah memberikan izin penelitian dan membantu kelancaran penelitian ini.

9. Kedua orangtua beserta kakak yang telah memberikan doa dan dukungan selama proses pembuatan Skripsi.
10. Teman-teman seperjuangan yang selama ini membantu, mendukung dan saling memberikan do'a selama penyusunan Skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu memberikan dukungan. Penulis mohon maaf atas segala kesalahan yang pernah dilakukan. Semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk mendorong penelitianpenelitian selanjutnya.

Tak ada gading yang tak retak, begitupun dengan penulisan skripsi ini yang masih jauh dari kata sempurna, masih terdapat kekurangan yang tidak lain disebabkan oleh keterbatasan penulis, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat penulis butuhkan sebagai bahan evaluasi bagi penulis.

Bojonegoro, 14 Juli 2024

Violina Amelia Putri  
Nim. 3220200474



**UNUGIRI**

## ABSTRACT

VA, Princess. 2024. *Efforts to Improve Lower Service Learning Through the Mini Volleyball Gatrik Game Approach for Class V Students of Ngadiluhur I State Elementary School*. Thesis, Department of Physical Education, Health and Recreation, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Sunan Giri University. Main Supervisor Olivia Dwi Cahyani, M.Pd. and Assistant Supervisor Rohmad Apriyanto, M.Pd.

**Keywords:** *Volleyball, Passing Below, Gatrik's Game.*

*The aim of this research is to improve learning outcomes passing under volleyball in class V volleyball learning at Ngadiluhur I State Elementary School with a quantitative approach using classroom action research. The benefits of this research are increasing scientific insight for the school through playing mini volleyball games what was done. By using Classroom Action Research, you increase your ability to create learning models innovative which can increase the value of student learning outcomes. The results of this research were the results of research in the field, there were 1 students who experienced an increase in learning from cycle I to cycle II with a percentage of 5%. So 12 in cycle II, class V students at Ngadiluhur I State Elementary School are learning passing Under volleyball there were as many students with a percentage of 86%, and those who had not finished were 2 students with a percentage of 14%. The results of the research showed that the gatrik game can improve the learning outcomes of volleyball underpassing for class V students at Ngadiluhur I State Elementary School in 2023/2024.*



UNUGIRI



VA, Putri. 2024. *Upaya Peningkatan Pembelajaran Service Bawah Melalui Pendekatan Bermain Permainan Gatrik Bola Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri Ngadiluhur 1*. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Olivia Dwi Cahyani, M.Pd. dan Pembimbing Pendamping Rohmad Apriyanto, M.Pd.

**Kata Kunci : Bola Voli, Passing Bawah, Permainan Gatrik**

Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli pada pembelajaran bola voli kelas V SD Negeri Ngadiluhur I dengan pendekatan kuantitatif menggunakan penelitian tindakan kelas. Manfaat dari penelitian ini menambah wawasan keilmuan bagi pihak sekolah melalui permainan gatrik bola voli mini yg dilakukan. Dengan memakai Penelitian Tindakan Kelas meningkatkan kemampuan dalam menciptakan model pembelajaran yang *inovatif* yang dapat meningkatkan nilai hasil belajar dari siswa. Hasil penelitian ini hasil penelitian di lapangan terdapat siswa yang mengalami peningkatan pembelajaran dari siklus I ke siklus II berjumlah 1 orang dengan persentase 5%. Jadi 12 pada siklus II, siswa kelas V SD Negeri Ngadiluhur I dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli sebanyak siswa dengan persentase 86%, dan yang belum tuntas sebanyak 2 siswa dengan persentase 14%. Hasil penelitian di dapat bahwa permainan gatrik dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa kelas V SD Negeri Ngadiluhur I pada tahun 2023/2024.

UNUGIRI

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK INGGRIS</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK INDONESIA</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan .....	4
1.4 Manfaat .....	5
1.5 Batasan Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1 Tinjauan Pustaka.....	7
2.2 Dasar Teori.....	10
2.2.1 Hakikat Belajar .....	10
2.2.2 Hakikat Bola Voli .....	17
2.2.3 Hakikat <i>Passing</i> Bawah.....	25
2.2.4 Hakikat Permainan Gatrik .....	29
2.3 Kerangka Berfikir .....	32
2.4 Hipotesis.....	33

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	34
3.2. Lokasi Penelitian .....	37
3.3 Subjek Penelitian .....	38
3.3.1 Subjek.....	38
3.3.2 Objek .....	39
3.4 Data dan Sumber Data .....	39
3.4 Prosedur Penelitian.....	39
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	43
3.7 Teknik Analisis Data .....	45
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>47</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	47
4.1.1 Deskripsi Kondisi Awal .....	47
4.1.2 Data Hasil Pembelajaran Siklus I.....	49
4.2 Pembahasan .....	55
4.2.1 Pembahasan Siklus I.....	55
4.2.2 Pembahasan Siklus II .....	57
4.2.3 Ketuntasan Belajar Siklus I dan Siklus II.....	59
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>62</b>
5.1 Kesimpulan .....	62
5.2 Saran.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>68</b>

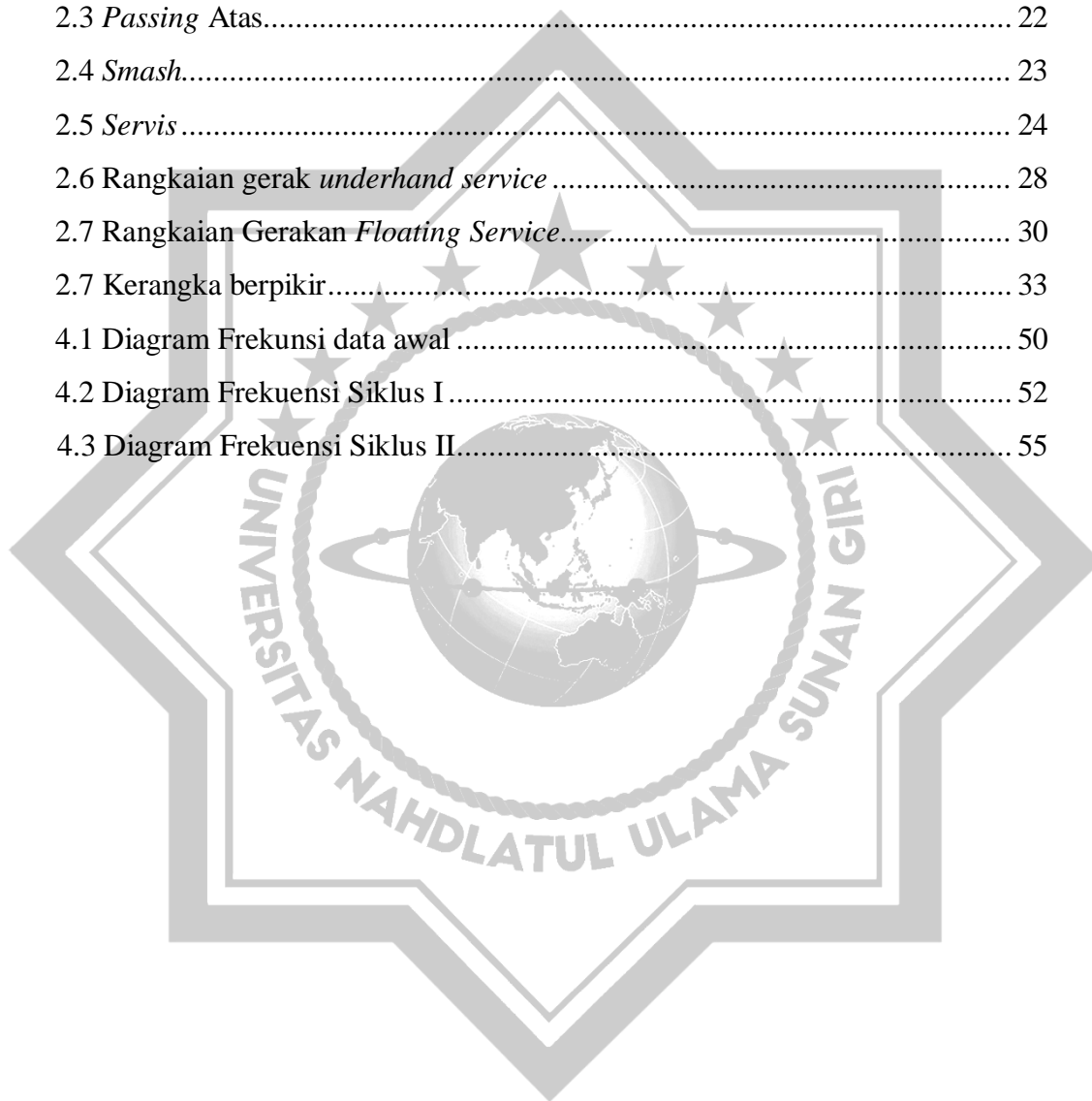
**UNUGIRI**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Penelitian yang relevan.....	8
3.1 Subjek penelitian .....	38
3.2 Prosentase target capaian.....	42
3.3 Rubrik penilaian unjuk kerja teknik dasar <i>passing</i> bawah.....	44
3.4 Kategori aktivitas siswa.....	46
4.1 Keadaan awal keterampilan <i>passing</i> bawah bola voli.....	47
4.2 Distribusi frekuensi data awal.....	48
4.3 Hasil Siklus I <i>passing</i> bawah bola voli.....	50
4.4 Hasil Siklus II .....	53
4.5 Distribusi Siklus I dan Siklus II.....	55
4.6 Hasil pembelajaran aspek pengetahuan siklus I.....	55
4.7 Hasil pembelajaran aspek sikap Siklus I.....	56
4.8 Hasil belajar aspek keterampilan Siklus I.....	56
4.9 Hasil pembelajaran Siklus I.....	57
4.10 Hasil pembelajaran aspek pengetahuan Siklus II.....	57
4.11 Hasil pembelajaran aspek sikap Siklus II.....	58
4.12 Hasil belajar aspek keterampilan Siklus II .....	58
4.13 Hasil Pembelajaran Siklus II.....	59
4.14 Ketuntasan Belajar Siklus I dan Siklus II.....	60

UNUGIRI

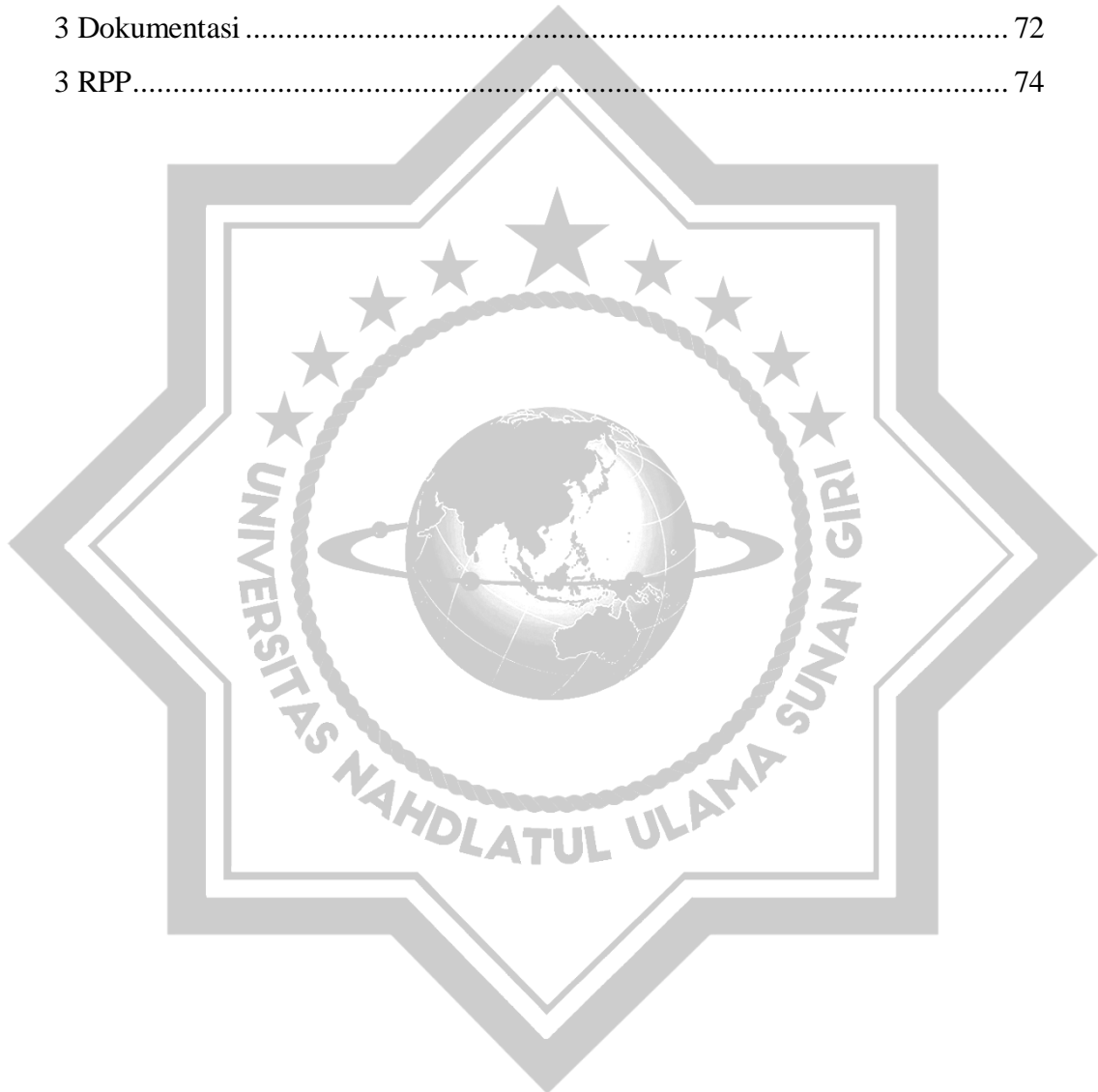
Gambar	Halaman
2.1 Lapangan Bola Voli.....	20
2.2 <i>Passing</i> bawah .....	22
2.3 <i>Passing</i> Atas.....	22
2.4 <i>Smash</i> .....	23
2.5 <i>Servis</i> .....	24
2.6 Rangkaian gerak <i>underhand service</i> .....	28
2.7 Rangkaian Gerakan <i>Floating Service</i> .....	30
2.7 Kerangka berpikir.....	33
4.1 Diagram Frekuensi data awal .....	50
4.2 Diagram Frekuensi Siklus I.....	52
4.3 Diagram Frekuensi Siklus II.....	55



# UNUGIRI

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Ijin Penelitian .....	70
2 Surat Balasan Penelitian .....	71
3 Dokumentasi .....	72
3 RPP.....	74



# UNUGIRI