

# UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH PADA PERMAINAN BOLAVOLI MINI MELALUI METODE KOMANDO SISWA KELAS V SD NEGERI 11 SUNGAI PINANG

Oleh : Peris Nepil<sup>1</sup>, M. Taheri Akhbar<sup>2</sup>, Bayu Iswana<sup>3</sup>  
(Guru SDN 11 Sungai Pinang<sup>1</sup>, Dosen Universitas  
PGRI Palembang<sup>2,3</sup>)

Email : [perisnepil@gmail.com](mailto:perisnepil@gmail.com)

## Abstrak

Metode pembelajaran komando dalam proses pembelajaran sangat diperlukan karena dapat meningkatkan pembelajaran teknik dasar servis bawah dalam permainan bolavoli. Permasalahan yang akan diteliti adalah: adakah peningkatan pembelajaran servis bawah dalam permainan bolavoli mini dengan menggunakan metode komando pada siswa kelas V SD Negeri 11 Sungai Pinang Tahun Pelajaran 2019-2020. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan teknik dasar servis bawah pada dalam permainan bolavoli dengan menggunakan metode komando pada siswa kelas V SD Negeri 11 Sungai Pinang tahun pelajaran 2019-2020. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subjek penelitian kelas V berjumlah 32 orang siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan II (dua) siklus. Setelah data diperoleh, data diolah menggunakan aturan strugess. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pada tes awal dilakukan pengamatan sebelum diberi perlakuan. Hasil tes pengamatan pada tes awal rata-rata sebesar 64,86, bila di prosentasekan sebesar 64,86%, lalu dilanjutkan pada siklus I. Setelah siklus I berakhir, maka dilakukan tes pengamatan kembali untuk mengetahui tingkat peningkatan siswa dalam melakukan teknik dasar servis bawah melalui metode komando dalam permainan bolavoli. Ternyata pada siklus I diperoleh peningkatan sebesar 74,93 dan bila diprosentasekan sebesar 74,93%, meskipun mengalami peningkatan tetapi belum memenuhi kriteria kepuasan sebesar 85%, sehingga penelitian ini diteruskan pada siklus II, pada akhir siklus II siswa di tes kembali, hasil tes pengamatan pada siklus II rata-rata adalah 86,80, bila diprosentasekan 86,80%. Hasil pada siklus II ternyata sudah melebihi kriteria ketuntasan, sehingga tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan terhadap penguasaan teknik servis bawah dengan menggunakan metode komando pada siswa kelas V SD Negeri 11 Sungai Pinang tahun pelajaran 2019-2020.

**Kata Kunci :** Teknik Dasar servis bawah, Metode komando

**EFFORTS TO IMPROVE THE SERVICE UNDER THE  
GAME BOLAVOLI MINI THROUGH THE COMMAND  
METHOD GRADE V STUDENTS ELEMENTARY  
SCHOOL 11 SUNGAI PINANG**

**Abstract**

*The method of learning command in the learning process is necessary because it can improve the learning of basic underservice techniques in the game Bolavoli. The problems that will be researched are: is the improvement of lower service learning in the game Bolavoli Miniby using the command method in the class V students elementary School 11 Sungai Pinang year 2019-2020. The purpose of this research is to find out the basic technical service in the game Bolavoli using the command method in the class V students of the first 11 Sungai Pinang year 2019-2020. The method used in this study is class action research (PTK) with a class V research subject of 32PAX students. Data collection techniques use II (two) cycles. After data is obtained, data is processed using the strugess rule. Based on the results of studies that have been done, in the preliminary tests were conducted observations before given treatment. The results of the observation test on an average preliminary test of 64.86, when in the Prosentasekan at 64.86%, when it is Prosentasekan at 64.86%, then continued in the cycle I. After the end of the cycle, a re-observation test was conducted to determine the level of improvement of the students in conducting bottom service basic techniques through command method in the game Bolavoli. It turns out that in cycle I gained an increase of 74.93 and when Prosentasekan amounted to 74.93%, when it is Prosentasekan at 64.86%, then continued in the cycle I. After the end of the cycle, a re-observation test was conducted to determine the level of improvement of the students in conducting bottom service basic techniques through command method in the game Bolavoli. It turns out that in cycle I gained an increase of 74.93 and when Prosentasekan amounted to 74.93%, Despite the increase but not yet meet the satisfaction Kreteria of 85%, so the research is passed on the cycle II, at the end of the student II cycle in the back test, the results of the observation test on the average II cycle is 86.80, when Diprosentasekan 86.80%. Results in cycle II have been exceeded the criteria, so it is not continued to the next cycle. Thus it can be concluded that there is a significant improvement to the mastery of the bottom service technique using the command method in the class students VSDNegeri 11 Sungai Pinang year 2019-2020 lesson.*

**Key words: Bottom service Basic technique, command method**

**A. PENDAHULUAN**

Permainan bola voli mini sangat digemari di berbagai kalangan dari yang muda sampai yang tua. Permainan yang menggunakan tangan ini dimainkan oleh semua kalangan, dari masyarakat pedesaan hingga perkotaan, Anak Sekolah

Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas bahkan Perguruan tinggi. Lapangan tempat bermain bola voli sangat mudah dijumpai. Permainan bola voli sekarang tidak hanya dikenal sebagai olahraga yang memerlukan banyak tenaga tetapi juga sebagai kegiatan untuk rekreasi. Olahraga ini juga dapat beradaptasi dengan berbagai kondisi yang mungkin timbul di dalamnya karena permainan bola voli mini dapat dimainkan dua orang pemain yang disebut permainan voli pantai dan enam orang untuk voli biasa. Dalam permainan bola voli, servis merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh semua pemain sebab servis merupakan pukulan bola pertama kali, di mana bola dipukul dari garis belakang lapangan sebagai tanda permainan dimulai dan merupakan serangan pertama.

Pelaksanaan *servis* terbagi menjadi beberapa cara yaitu *servis* tangan bawah, *servis* tennis, *servis cekis*, *servis* dengan melompat. Untuk menguasai teknik *servis* yang sempurna dibutuhkan proses metode. Metode adalah salah satu cara belajar agar peserta didik dalam melakukan pembelajarannya, dapat dengan mudah dan cepat menguasai keterampilan yang diajarkan. Salah satu bentuk metode yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan *servis* bawah yaitu dengan menggunakan metode komando. Metode komando adalah pendekatan pembelajaran yang paling bergantung pada guru, dengan penampilan yang cermat, dimana guru menyiapkan semua aspek-aspek pengajaran dan sepenuhnya bertanggung jawab, berinisiatif serta memantau kemajuan besar dari perkembangan siswanya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah upaya peningkatan keterampilan *servis* bawah melalui pembelajaran metode komando dalam permainan bola voli mini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan servis bawah bola voli mini melalui pembelajaran metode komando

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama bagi siswa, pelatih, guru olahraga, dan peneliti: menurut Subroto (2008:213), permainan bola voli mini adalah permainan memantul-mantulkan

bola oleh tangan atau lengan dari 2 regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran tertentu. Lapangan dibagi dua (sama besar) oleh net yang dibentangkan di atas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu.

Berdasarkan pengertian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa permainan bola voli mini adalah permainan yang kompleks dengan menggunakan teknik-teknik tertentu dengan menggunakan bola, di mana bola tersebut dilambung-lambungkan dengan kedua tangan dari dua regu yang bermain di lapangan yang dibagi sama besar oleh jaring atau net di tengahnya. Pada prinsipnya lapangan bola voli mini tidak ada perbedaan yang mencolok dengan lapangan bola voli mini standar. Perbedaannya hanya pada ukuran lapangan dan tinggi netnya saja yang dimodifikasi atau diperkecil. Sedangkan ukuran yang sebenarnya dalam bola voli mini ini tidak ada yang mengatur hal ini tergantung dari pada orang yang akan memainkannya. Namun kebanyakan bola voli mini ini di gunakan untuk siswa Sekolah Dasar atau sederajat.

Lapangan bola voli mini yang digunakan tidak terlalu lebar dan tidak terlalu panjang serta netnya tidak terlalu tinggi, Semuanya disesuaikan dengan kondisi siswa yang akan memainkan bola voli mini ini, sehingga siswa SD dapat melakukan *servis* atau melakukan *smash* dengan baik sehingga permainannya menjadi menarik dan enak ditonton.

a) Lapangan bola voli mini berukuran:

- 1) Panjang lapangan: 12 meter,
- 2) Lebar lapangan: 5,5 meter,

b) Net bola voli mini berukuran

- 1) Tinggi net untuk putra 2,10 meter,
- 2) Untuk putri 2,00 meter.
- 3) Panjang net 9 meter,
- 4) Lebar net 90 cm.

c) Ukuran bola voli mini

- 1) Berat bola 200-250 gm.
- 2) Keliling bola 150 – 160

### 3) Tekanan Udara 0,20 – 25 kg/cm<sup>2</sup>

*Servis* tangan bawah ialah *servis* yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemain-pemain pemula. Gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar. *Servis* tangan bawah banyak dipelajari pemain sebelum mempelajari jenis *servis* yang lainnya. *Servis* tangan bawah lebih mudah dikendalikan dari pada *servis* tangan atas. Karena jenis ini tidak melambungkan bola, *servis* tangan bawah dapat menempatkan bola ke dalam permainan dengan lebih mudah.

*Servis* bawah ialah *servis* yang dilakukan oleh tangan yang diayunkan dari bawah bola. Pelaksanaan teknik dasar *servis* bawah sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemain-pemain pemula, gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar (Subroto, 2008:62),

Berdasarkan pendapat- pendapat di muka, dapat disimpulkan bahwa *servis* bawah adalah salah satu teknik dasar permainan bola voli , yang dalam pelaksanaannya bola dipukul dari bawah dan di arahkan ke dalam lapangan lawan.

Menurut Faruq (2009:67), saat melakukan *servis*, siswa hendaknya melakukan hal-hal sebagai berikut:

- (a) berdiri tegak dengan membuka kedua kaki selebar bahu,
- (b) menservis bola tangan terkuat adalah tangan kanan maka tangan kiri sebagai pemegang bola dan tangan kanan sebagai pemukul bola,
- (c) kaki kiri berada didepan,
- (d) sedikit menekukan lutut,
- (e) kaki kanan berada dibelakang lurus,
- (f) badan agak condong kedepan,
- (g) pandangan mata kearah lapangan yang dimana bola itu akan jatuh,
- (h) melambungkan dengan tangan kiri,
- (i) tangan kanan diayun dengan kuat sehingga bola bisa terpukul dimana bola akan melambung ke depan lurus melewati net kearah lapangan lawan.

Sedangkan menurut Lestari (2008:90), cara melakukan *servis* tangan bawah adalah sebagai berikut :

- 1) Berdiri di daerah servis dengan menghadap ke lapangan, kaki kiri berada di depan.
- 2) Bola dipegang pada tangan kiri, tangan kanan menggenggam atau telapak tangan terbuka.
- 3) Lutut agak ditekuk sedikit dan berat badan berada di tengah.
- 4) Bola dilambungkan di depan pundak kanan (setinggi 10-20 cm), bersamaan dengan itu tangan kanan ditarik kebelakang. Kemudian diayunkan kearah depan atas dan mengenai bagian belakang bawah bola.
- 5) Setelah melakukan servis bawah, kembalilah ke posisi semula dan bersiap menerima bola kembalian dari lawan.

Unsur-unsur yang terlibat dalam sistem pengajaran terdiri dari siswa , guru dan tenaga lainnya, misalnya tenaga laboratorium meliputi buku-buku, papan tulis dan kapur, *foto grafi slide* dan *film*, *audio* dan *tape*. Fasilitas dan perlengkapan, terdiri dari ruangan kelas, perlengkapan audiofisual, juga computer. Prosedur, meliputi jadwal dan metode penyampaian informasi, praktik, belajar, ujian.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah sebuah proses untuk meningkatkan kemampuan belajar yang dilandasi oleh kesadaran sebagai hasil interaksi dirinya dengan lingkungan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

Tujuan pembelajaran hendaknya memenuhi kriteria sebagai berikut:

- a) Tujuan itu menyediakan situasi atau kondisi untuk belajar.
- b) Tujuan mendefinisikan tingkah laku siswa dalam bentuk dapat diukur dan dapat diamati.
- c) Tujuan menyatakan tingkat minimal perilaku yang dikehendaki.

Berdasarkan pendapat-pendapat di muka dapat disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran hendaknya memenuhi kriteria kondisi siswa, sementara guru sebelum mengajar hendaknya mempersiapkan langkah-langkah untuk pengajaran

sehingga siswa dapat belajar dengan baik dan menguasai pembelajaran yang diberikan.

Menurut Hadimsyah (1995:10), metode adalah suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan berulang-ulang secara *continue* dengan meningkatkan jumlah beban, untuk tercapainya tujuan metode . Berdasarkan pendapat-pendapat di muka, dapat disimpulkan bahwa metode adalah salah satu cara yang dilakukan oleh seorang guru atau pendidik untuk dapat mentransfer ilmu secara mudah kepada peserta didiknya, dengan harapan peserta didik yang belajar dapat dengan mudah menguasai ilmu yang diberikan oleh guru. Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran komando amat penting diterapkan terutama saat pembelajaran praktik di lapangan, di mana siswa melakukan gerakan melihat dan mendengarkan penjelasan dan demonstrasi yang diberikan atau yang dicontohkan oleh guru, selanjutnya siswa dapat secara bersama-sama atau secara sendiri-sendiri melakukan gerakan sesuai dengan komando yang diinstruksikan oleh guru, sehingga dengan mudah siswa akan menyerap ilmu yang diberikan oleh seorang guru. Penelitian yang peneliti lakukan berjudul, Upaya Meningkatkan Pembelajaran Servis Bawah pada Permainan Bola voli mini Melalui Metode Komando Siswa Kelas V SD Negeri 11 Sungai Pinang Tahun Pelajaran 2019-2020.

## **B. METODE PENELITIAN**

Metode yang paling tepat untuk menjawab permasalahan ini, adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau sering disebut *action research*. Di mana penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa siklus dengan harapan akan terjadinya peningkatan secara signifikan terhadap hasil yang akan dicapai.

Lokasi penelitian dilakukan di lapangan olahraga SD Negeri 11 Sungai Pinang. Lamanya penelitian dilakukan sebanyak dua siklus. Siklus pertama dilakukan dua kali pertemuan atau empat jam pelajaran, siklus kedua dilakukan dua kali pertemuan atau empat jam pelajaran. Instrumen yang digunakan untuk mendapatkan data hasil penelitian adalah lembar pengamatan (observasi) *servis*

bawah teknik dasar permainan bola voli. Data dikumpulkan berdasarkan dari hasil observasi. Observasi dalam penelitian ini diadakan untuk memperoleh gambaran keterampilan siswa dalam pembelajaran teknik dasar servis bawah melalui metode komando. Selama kegiatan berlangsung, peneliti melakukan pengamatan dengan menggunakan lembar observasi terdiri dari 4 indikator.

### **C.HASIL PENELITIAN**

Pra siklus dilaksanakan pada tanggal 17 Maret 2020 pra siklus dilakukan untuk mengetahui sampai sejauh mana penguasaan siswa dalam melakukan teknik dasar *servis* bawah, adapun data yang diperoleh dari hasil pengamatan pra siklus adalah sebagai berikut: Siklus 1 dilaksanakan pada tanggal 02 sampai dengan 05 Juni 2020. Setelah pengamatan pra siklus berakhir, Materi yang diajarkan pada siklus I yaitu pembelajaran teknik dasar *servis* bawah melalui pembelajaran komando, langkah-langkah yang dilakukan dalam tindakan siklus I adalah sebagai berikut: Guru membariskan siswa dan memberikan pelajaran dengan mengucapkan salam, berdoa dan mengabsen siswa, memberikan pengarahan mengenai bentuk pembelajaran yang akan diberikan, yaitu tentang pembelajaran *servis* bawah menggunakan metode komando. Siswa disuruh pemanasan, kemudian guru membagi siswa menjadi 4 (empat) kelompok, yaitu dua kelompok putra dan dua kelompok putri. Mereka saling berhadapan di belakang garis lapangan, kelompok 1 putra dan kelompok 1 putri di belakang garis lapangan timur sementara kelompok 2 putra dan kelompok 2 putri di sebelah barat. Masing-masing siswa diberi nomor punggung sesuai dengan nomor urut. Guru memberikan kesempatan kepada setiap kelompok untuk melakukan *servis* bawah dengan diberi komando oleh guru, kemudian dalam tiap kelompok melakukan *servis* bawah secara bersama-sama sesuai dengan aba-aba atau komando. Pada langkah ini, siswa melakukan apa yang diperintahkan oleh guru yaitu melakukan *servis* bawah dengan mendengarkan komando atau instruksi dari guru, kemudian siswa melakukan servis bawah satu per satu sesuai dengan kelompok dan nomor urut yang sudah diberikan. Pembelajaran seperti ini dilakukan dengan berulang-ulang hingga habis waktu pembelajaran. Setelah siswa melakukan pembelajaran



yang telah diberikan, guru mengumpulkan siswa dan menyuruh mereka berbaris dan istirahat duduk didalam barisan, lalu memberikan kesempatan pada siswa untuk memberikan komentar terhadap pembelajaran teknik dasar *servis* bawah melalui metode komando. Setelah mendengarkan komentar siswa, guru menyuruh siswa berdiri dan berbaris kembali untuk melakukan pendinginan, serta menutup pembelajaran dengan doa dan salam. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada awal melakukan pembelajaran metode komando, siswa mulai termotivasi dan percaya diri untuk melakukan teknik dasar *servis* bawah meskipun dalam pelaksanaannya masih banyak yang kurang memahami dengan benar tentang teknik dasar *servis* bawah. Namun setelah dilakukan pertemuan kedua dan selanjutnya siswa mulai mengetahui dan memahami serta percaya dirinya timbul, sehingga siswa dapat melakukan teknik dasar *servis* bawah secara baik dan benar. Setelah siklus I selesai, maka diadakan pengamatan siklus I untuk mengetahui sampai sejauh mana penguasaan siswa dalam mengikuti pembelajaran teknik dasar *servis* bawah melalui metode komando. Pengamatan siklus I dilaksanakan pada tanggal 6 juni 2020, berikut hasil pengamatan siklus I. Siklus II dilaksanakan, dimulai tanggal 08 juni hingga 10 Juni 2020. Siklus II masih dilakukan pembelajaran *servis* bawah melalui metode komando, namun di siklus II ini lebih ditekankan pada pembelajaran yang dianggap masih banyak yang mendapatkan nilai kurang, yaitu pada indikator saat perkenaan bola pada tangan. Dalam hal ini, peneliti memberikan latihan-latihan kekuatan tangan dan pergerakan tangan saat tangan menyentuh bola atau saat tangan memukul bola. Setelah siklus II berakhir, maka peneliti mengadakan pengamatan kembali untuk melihat keberhasilan siswa dalam melakukan pembelajaran teknik dasar *servis* bawah melalui pembelajaran metode komando. Pengamatan akhir pada siklus II pada tanggal 10 Juni 2020. Berikut data hasil pengamatan siklus II. Setelah dilakukan pengamatan pada siklus II, ternyata siswa sudah mencapai kriteria ketuntasan 85%. Hal ini dapat terlihat pada tabel 4.5 diperoleh hasil pengamatan siklus II, dari 32 sampel sebesar 2781,17 dengan rata-rata 86,91 atau bila diprosentasekan menjadi 86,91%. Pada siklus II semua siswa ada peningkatan dan telah melampaui kriteria ketuntasan (KKM) yang ditetapkan sekolah dan guru

yaitu 70, dan telah melampaui kriteria kelulusan 85%. Dengan demikian peneliti tidak melanjutkan ke siklus selanjutnya. Berdasarkan refleksi yang dibuat, maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukkan bahwa hasil dari akhir siklus II, dapat terlihat ada peningkatan dalam mengikuti pembelajaran teknik dasar *servis* bawah dalam permainan bola voli, siswa lebih paham, berpartisipasi dan bersungguh-sungguh dalam kegiatan pembelajaran. Pengamatan yang dilakukan dalam penelitian ini terdiri dari pengamatan pra siklus, pengamatan siklus I dan pengamatan siklus II. Pengamatan pra siklus untuk mendapatkan data tentang hasil belajar sebelum diberi perlakuan atau tindakan, sedangkan pengamatan siklus I dan Siklus II untuk mendapatkan data hasil peningkatan belajar siswa setelah dilaksanakan tindakan atau perlakuan. Adapun data yang diperoleh dari hasil pengamatan siswa mulai dari pra siklus, siklus I dan Siklus II, Setelah pengamatan pra siklus, siswa diberi pembelajaran tentang teknik dasar *servis* bawah dalam permainan bola voli, dengan menggunakan metode komando, lalu dilaksanakan pengamatan siklus I, untuk mengetahui peningkatan teknik dasar *servis* bawah. Dalam pengamatan akhir pada siklus I, jumlah nilai yang diperoleh dari 32 sampel sebesar 2320 dengan rata-rata 72,52. Hal ini ternyata hasil belajar siswa belum tuntas semua dan kriteria presentase kelulusan masih mencapai 72,52%, dengan demikian di lanjutkan pada siklus II. Pada siklus II jumlah nilai siswa 2781,17 sehingga bila dirata-ratakan 86,91 dan bila diprosentasikan 86,91%. Hal ini sudah melebihi kriteria kelulusan 85 %, sehingga penelitian ini tidak dilanjutkan pada siklus berikutnya.

#### **D. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan di Sekolah Dasar Negeri II Sungai Pinang Tahun Pelajaran 2019-2020 dan hasil analisis data yang didapat, maka peneliti menyimpulkan bahwa : Pembelajaran menggunakan metode komando dapat meningkatkan hasil pembelajaran teknik dasar *servis* bawah bola voli. Hasil penelitian terlihat seperti berikut: pengambilan data pada tes awal sebelum diadakan tindakan nilai yang diperoleh 2087,42 bila diprosentasikan nilainya 65,23%, dan bila dilihat kepada ketuntasan siswa masih

18,75%. Pada siklus I nilainya berjumlah 2320,7 bila dipresentasikan nilainya 72,52%, yang berarti nilai penguasaan teknik dasar *servis* bawah siswa belum melampaui batas target ketuntasan. Kriteria target kepuasan adalah 85%, dan belum mencapai kriteria ketuntasan (KKM) yang ditetapkan oleh sekolah dan guru yakni 70. Karena belum memuaskan dan belum mencapai kriteria ketuntasan (KKM), maka dilanjutkan dengan siklus II. Pada siklus II dilakukan pengamatan. Nilai hasil pengamatan belajar siswa pada siklus II yakni sebesar 2781,17, bila dipresentasikan nilainya 86,91%. Pada siklus II ini, nilai siswa sudah melebihi kriteria ketuntasan (KKM) yang ditetapkan dan kriteria kepuasan 85% serta telah mengalami peningkatan sebesar 18,03%. Menggunakan metode komando dapat meningkatkan hasil *servis* bawah pada permainan bola voli siswa SD Negeri 11 Sungai Pinang Tahun Pelajaran 2019/2020.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010, *Prosedur Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta: PT , Rineka Cipta.
- Faruk. 1985. *Permainan Bola Voli*. Bandung: Ganesca Exach Erlangga
- Novi, Lestari. 2008. *Melatih Bola voli Remaja*. Yogyakarta: PT. Citra Aji Pratama.
- Purwanto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Subroto,Toto. 2008. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bola voli* . Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas.
- Tim Penyusun, 2019 Pedoman Penulisan Skripsi.Palembang FKIP Universitas PGRI Palembang