

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Belajar dan Pembelajaran**

Belajar adalah proses yang diarahkan kepada tujuan, proses berbuat melalui berbagai pengalaman. Belajar adalah proses melihat, mengamati, memahami sesuatu. Hakikat belajar sebagai inti proses pengajaran. Dengan kata lain bahwa dalam proses pengajaran atau interaksi belajar mengajar yang menjadi persoalan utama ialah adanya proses belajar pada siswa yakni proses berubahnya tingkah laku siswa melalui berbagai pengalaman yang diperolehnya (Burton,2015:14 ).

Prinsip-prinsip belajar pada umumnya yaitu siswa akan belajar lebih baik lagi bila keadaan siap, setiap siswa mempunyai kecepatan dan gaya tersendiri dalam belajar, siswa belajar bagaimana belajar, belajar selalu berlangsung dalam hubungannya dengan tujuan, belajar amat ditentukan oleh penguatan, mempelajari sesuatu adalah melakukan sesuatu, siswa senantiasa memberi reaksi yang kurang menyenangkan terhadap cara yang terlalu mengarahkan, belajar yang tidak memberikan sesuatu yang baru tidak memberi manfaat, belajar bukanlah penambahan (*additive*) melainkan menggabungkan (*integrative*).

Siswa nampaknya lebih senang belajar dari teman sebayanya dari pada belajar dari orang tua, siswa akan berusaha dengan keras jika tugas-tugas yang dibebankan kepadanya masih dalam jangkauan kemampuannya yang menantang yaitu tidak terlalu sukar tetapi juga tidak terlalu mudah, waktu yang digunakan untuk mengingat sesuatu akan lebih efektif dari membaca kembali, siswa hanya mempelajari apa yang diduga akan diujikan, pendapat dari suatu kelompok sebaya merupakan motivasi yang kuat. Untuk membentuk konsep siswa harus dihadapkan pada contoh yang khusus sehingga akan nampak ciri-ciri yang berbeda dengan sesuatu yang tidak nampak sehingga dapat menarik konsep tertentu kemudian menggunakan konsep itu, keterampilan-keterampilan yang dipelajari secara terpisah, tidak berfungsi, bahan-bahan yang bermakna mudah dipelajari dan dipindahkan, belajar kognitif dapat dicapai baik melalui hafalan

yang dihubungkan (*rote association*) atau melalui teknik menemukan sendiri, belajar yang bersifat psikomotor terjadi dengan baik bila dilakukan dengan penjelasan, demonstrasi dan dengan latihan (*practice*) yang bermakna, pengalaman yang menyenangkan akan lebih mungkin mengubah sikap dari pada pengalaman yang tidak menyenangkan. Belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Oleh sebab itu belajar adalah proses yang aktif, belajar adalah proses mereaksi diri terhadap semua situasi yang ada disekitar individu.

## **2. Pendidikan Jasmani**

### **a. Pengertian Penjas**

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Para ahli sepakat, bahwa pendidikan jasmani merupakan “alat” untuk membina anak muda agar kelak mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya (Komarudin, 2016:6). Pendidikan jasmani merupakan suatu proses seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak.

Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan kebugaran para siswa. Pembelajaran olahraga dan kesehatan diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk dapat beraktivitas olahraga agar tercipta generasi yang sehat dan kuat (Tim Abdi guru, 2007:1).

### **b. Asas dan Ruang Lingkup Penjas**

Ruang lingkup mata pelajaran Penjas meliputi beberapa aspek, antara lain : yaitu permainan dan olahraga (meliputi:olahraga tradisional, permainan eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor nonlokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan bela diri serta aktivitas lainnya; Aktivitas pengembangan (meliputi: mekanika sikap tubuh, dan komponen kebugaran jasmani dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya; Aktivitas senam (meliputi: ketangkasan

seederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai serta aktivitas lainnya; Aktivitas ritmik (meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, senam aerobik serta aktivitas lainnya; Aktivitas air (meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya; Pendidikan luar kelas (meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung; Kesehatan (meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS, aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

### **c. Tujuan Penjas**

Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan penjas tidak semata-mata pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga aspek mental, dan sosial.

Cakupan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut :

#### 1) Perkembangan fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*)

#### 2) Perkembangan Gerak/Motorik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna.

#### 3) Perkembangan Mental/Sosial & Kepribadian

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembang pengetahuannya, sikap dan tanggung jawab siswa.

#### 4) Perkembangan Sosial

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

### **3. Teknik Dasar Permainan Bola Voli**

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grupberlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain (Wikipedia, 2016)

#### **Passing Bawah Bola Voli**

##### 1) Passing Bawah

Passing bawah merupakan dasar dari permainan bola voli. Passingbawah sangat banyak manfaatnya antara lain menerima *service*, menahans*smesh* dan memantulkan bola (Witono Hidayat, 2020).

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan passing bawah yaitu kedua lutut ditekuk, badan condong ke depan, tangan lurus ke depan , persentuhan bola pada pergelangan tangan, pandangan mata ke depan, koordinasi gerakakan lutut,badan dan bahu.

##### 2) Passing Atas

Passing atas dilakukan di atas kepala dengan jari-jari tangan. Passing atas berguna untuk menerima *service*, menerima operan teman, mengoper bola, mengumpan *smesh* dan mengembalikan bola. Passing atas harus banyak dilatih supaya arah bola terkendali dan tidak sampai menimbulkan cedera jari tangan (Witono Hidayat, 2020).

##### 3) Service Bawah

Permainan bola voli diawali dengan *service*. Ada *service* bawah danservice atas. Hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *service* bawah yaitu (Witono Hidayat, 2020) kaki kiri depan , badan condong kedepan, tangan kiri di depan menyangga bola, bola dilambungkan ketika hendak dipukul, tangan kanan diayunkan ke belakang kemudian ke depan untuk memukul bola sekuat tenaga.

Dalam penelitian ini,pembelajaran *passing bawah* pada bola voli dilakukan dengan menggunakan pendekatan bermain.

### **4. Pendekatan Bermain**

Pendekatan bermain merupakan bentuk pembelajaran yang dikonsept dalam bentuk permainan. Melalui permainan diharapkan akan meningkatkan

motivasi dan minat siswa untuk belajar menjadi lebih tinggi sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

Adapun formasi pembelajaran pendekatan bermain passing bawah bola volly dengan variasi:

1. Passing bawah berpasangan dengan memantulkan bola terlebih dahulu kelantai lalu dilakukan passing bawah.
2. Passing bawah berpasangan langsung dilakukan passing tanpa memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai
3. Passing bawah berpasangan.
4. Passing bawah dengan memantulkan bola ke dinding terlebih dahulu.

### **5. Hasil Belajar**

Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh pembelajar setelah mengalami aktivitas belajar. Perolehan aspek-aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada apa yang dipelajari oleh pembelajar. Oleh karena itu apabila pembelajar mempelajari pengetahuan tentang konsep, maka perubahan perilaku yang harus dicapai oleh pembelajar setelah melaksanakan aktivitas belajar dirumuskan dalam tujuan pembelajaran (Komarudin,2016:5).

Perubahan sebagai hasil proses belajar dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti berubah pengetahuannya, pemahamannya, sikap dan tingkah lakunya, keterampilannya, kecakapan dan kemampuannya, daya reaksinya, daya penerimaannya dan lain-lain aspek yang ada pada individu (Komarudin,2018). Unsur-unsur yang ada dalam aspek hasil belajar yaitu :

#### **a. Tipe hasil belajar bidang kognitif**

- 1) Tipe hasil belajar pengetahuan hafalan (*knowledge*)

Dari sudut respon belajar siswa pengetahuan itu perludihafal, diingat agar dapat dikuasai dengan baik. Tipe hasil belajar ini penting sebagai persyaratan untuk menguasai dan mempelajari tipe hasil belajar lain yang lebih tinggi.

## 2) Tipe hasil belajar pemahaman (*comprehention*)

Pemahaman memerlukan kemampuan menangkap makna atau arti dari suatu konsep. Untuk itu makadiperlukan adanya hubungan atau pertautan antara konsep dengan makna yang ada dalam konsep tersebut.

## 3) Tipe hasil belajar penerapan (aplikasi)

Aplikasi adalah kesanggupan menerapkan dan mengabstraksi suatu konsep ide, rumus, hukum dalam situasi yang baru. Dalam aplikasi harus ada konsep, teori, hukum, rumus.

## 4) Tipe hasil belajar analisis

Analisis adalah kesanggupan memecah, mengurai suatu integritas (kesatuan yang utuh) menjadi unsur-unsur atau bagian-bagian yang mempunyai arti atau mempunyai tingkatan hirarki. Analisis mempunyai tipe hasil belajar yang kompleks yang memanfaatkan unsur tipe hasil belajar sebelumnya yaitu pengetahuan, pemahaman, aplikasi.

## 5) Tipe hasil belajar sintesis

Sintesis adalah lawan dari analisis bila pada analisis tekanan pada kesanggupan menguraikan suatu integritas menjadi bagian yang bermakna pada sintesis adalah kesanggupan menyatukan unsur atau bagian menjadi satu integritas.

## 6) Tipe hasil belajar evaluasi

Evaluasi adalah kesanggupan memberikan keputusan tentang nilai sesuatu berdasarkan *judgement* yang dimilikinya dan kriteria yang dipakainya. Dalam tipe hasil belajar evaluasi tekanan pada pertimbangan suatu nilai, mengenai baik tidaknya, dengan menggunakan kriteria tertentu.

### **b. Tipe hasil belajar bidang afektif**

Bidang afektif berkenan dengan sikap dan nilai. Tipe hasil belajar afektif tampak pada siswa dalam berbagai tingkah laku seperti atensi/perhatian terhadap pelajaran, disiplin, motivasi belajar, menghargai guru dan teman sekelas, kebiasaan belajar dan lain-lain.

Beberapa tingkatan bidang afektif sebagai tujuan dan tipe hasil belajar. Tingkatan hasil tersebut dimulai tingkat yang dasar atau sederhana sampai tingkatan yang kompleks.

#### 1) Receiving/attending

Yaitu semacam kepekaan dalam menerimarangsangan (stimulus) dari luar yang datang pada siswa, baik dalam bentuk masalah situasi, gejala. Dalam tipe ini termasuk kesadaran, keinginan untuk menerima stimulus, kontrol dan seleksi gejala atau rangsangan dari luar.

#### 2) Responding atau jawaban

Yaitu reaksi yang diberikan seseorang terhadap stimulasi yang datang dari luar. Dalam hal ini termasuk ketepatan reaksi, perasaan, kepuasan dalam menjawab stimulus dari luar yang datang kepada dirinya.

#### 3) Valuing (penilaian)

Yaitu berkenaan dengan nilai dan kepercayaan terhadap gejala atau stimulus tadi. Dalam evaluasi ini termasuk didalamnya kesediaan menerima nilai, latar belakang atau pengalaman untuk menerima nilai dan kesepakatan terhadap nilai tersebut.

#### 4) Organisasi

Yaitu pengembangan nilai ke dalam satu sistem organisasi termasuk menentukan hubungan satu nilai dengan nilai lain dan kemandirian serta prioritas nilai yang telah dimilikinya. Yang termasuk dalam organisasi ialah konsep tentang nilai, organisasi dari pada sistem nilai.

#### 5) Karakteristik nilai atau internalisasi

Yaitu keterpaduan dari semua sistem nilai yang telah dimiliki seseorang yang mempengaruhi nilai dan karakteristiknya.

### **c. Tipe hasil belajar psikomotor**

Hasil belajar psikomotor tampak dalam bentuk keterampilan dan kemampuan bertindak individu. Ada enam tingkatan keterampilan yaitu gerakan refleks (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar); keterampilan pada gerakan-gerakan dasar, kemampuan perseptual termasuk di dalamnya membedakan visual, membedakan auditif motorik dan lain-lain; kemampuan di bidang fisik misalnya kekuatan, keharmonisan dan ketepatan; gerakan-gerakan skill mulai dari keterampilan sederhana sampai pada keterampilan yang kompleks; kemampuan

yang berkenaan dengan *non decursive* komunikasi seperti gerakan ekspresif, interpretatif.

## **6. Aktivitas**

Aktivitas belajar meliputi aktivitas fisik, mental, dan emosional. Aktivitas fisik meliputi membaca, mendengarkan, menulis, memperagakan, dan mengukur. Aktivitas mental meliputi mengingat kembali isi pelajaran pertemuan sebelumnya, menggunakan pengetahuan yang dimiliki dalam memecahkan masalah yang dihadapi, menyimpulkan hasil eksperimen, membandingkan satu konsep dengan konsep lain, mengambil keputusan, rasa percaya diri, dan lain-lain. Aktivitas emosional meliputi menaruh minat, berani, gembira, gugup, tenang, dan lain-lain. Dalam kemajuan metodologi dewasa ini kasus aktivitas lebih ditonjolkan melalui suatu satuan aktivitas sehingga kegiatan belajar siswa menjadi dasar untuk mencapai tujuan dan hasil belajar yang lebih memadai.

Aktivitas diperlukan dalam pembelajaran karena pada prinsipnya belajar adalah berbuat, berbuat untuk mengubah tingkah laku sehingga dalam proses pembelajaran terjadi suatu tindakan. Tidak ada belajar kalau tidak ada aktivitas, itulah sebabnya aktivitas merupakan prinsip yang sangat penting dalam interaksi di dalam belajar mengajar.

## **7. Kerjasama**

Menurut Kusnadi yaitu kerja sama merupakan dua orang atau lebih untuk melakukan aktivitas bersama yang dilakukan secara terpadu yang diarahkan kepada suatu target atau tujuan tertentu. Ada beberapa aspek yang terkandung dalam kerjasama (dua orang atau lebih, artinya kerja sama akan ada kalau ada minimal dua orang/pihak yang melakukan kesepakatan. Oleh karena itu, sukses tidaknya kerja sama tersebut ditentukan oleh peran dari kedua orang atau kedua pihak yang bekerjasama), aktivitas (menunjukkan bahwa kerjasama tersebut terjadi karena adanya aktivitas yang dikehendaki bersama), tujuan/target (merupakan aspek yang menjadi sasaran dari kerjasama usaha tersebut, biasanya adalah keuntungan baik secara finansial maupun nonfinansial), jangka waktu tertentu (menunjukkan bahwa kerjasama tersebut dibatasi oleh waktu, artinya ada kesepakatan kedua pihak kapan kerjasama itu berakhir).

## **B. Kerangka Berpikir**

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Para ahli sepakat, bahwa pendidikan jasmani merupakan “alat” untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya (Rusli Lutan).

Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan-gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Sebagai bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan, pendidikan jasmani merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuromuskuler, intelektual dan sosial (H.Abdul Kadir Ateng)

Seorang guru yang profesional mampu menggunakan seluruh potensi yang ada untuk menciptakan iklim pembelajaran yang kondusif dan mendorong siswa lebih aktif mendapatkan pengetahuan dengan mengkonstruksi pengetahuan sendiri melalui interaksi dirinya dengan sumber belajar.

Salah satu sumber belajar yang sering terabaikan oleh guru-guru termasuk dalam hal ini pemanfaatan seoptimal mungkin lingkungan sekolah.

## **C. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir dapat hipotesis penelitian ini yaitu Pendekatan Bermain dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah siswa kelas VII SMP SWASTA ADVENT Barusjulu Tahun Ajaran 2020/2021.

## **D. Definisi Operasional**

Definisi Operasional dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pelaksanaan pembelajaran adalah pembelajaran yang diterapkan harus Memenuhi kriteria baik.
2. Hasil belajar siswa dilihat dari ketuntasan belajar siswa secara individu Dimana hasil siswa dapat dilihat dari hasil evaluasi Yang diberikan kepada siswa setelah proses pembelajaran Passing bawah selesai Dilaksanakan.
3. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh

Guru di kelasnya sendiri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya  
Sehingga hasil belajar siswa meningkat.

