

BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu mata pelajaran yang diberikan di sekolah-sekolah. Dengan adanya mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan siswa di sekolah memiliki kemampuan dasar gerak dalam berolahraga serta memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik. Mata pelajaran pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang merupakan bagian dari keseluruhan dalam proses pembelajaran yang mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial yang selaras, serasi dan seimbang. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dimuat dalam kurikulum pendidikan nasional yang diajarkan di sekolah, baik Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, maupun Sekolah Menengah Atas.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani atau gerak dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional yang selaras, serasi dan seimbang.

Pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak pada usia sekolah memiliki kerawanan dalam aktifitas dan labil dalam emosi. Efek dari labil tersebut akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan baik kepribadian maupun jasmani mereka. Hal yang dimaksud disini meliputi kerawanan yang berhubungan dengan perkembangan kepribadian mereka seperti sosial, emosional, dan termasuk juga pertumbuhan jasmani mereka yang meliputi fungsi organ-organ tubuh.

Peranan yang penting dan startegis dari pendidikan jasmani tersebut karena pendidikan jasmani itu merupakan upaya pendidikan yang langsung bersentuhan dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis anak didik.

Anak didik yang melakukan aktifitas fisik atau bermain dalam kesehariannya akan berpengaruh positif terhadap kekuatan, kelentukan, bahkan daya tahan.

Andhika Wiratama (2016;16) sebagai berikut : Anak bermain akan meningkatkan gerak dasar mereka. Dasar gerak yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh menjadi baik berarti anak mengalami perkembangan dalam melakukan tugas-tugas gerak. Apabila fungsi organ tubuh baik, berarti perkembangan anak sesuai dengan tahap-tahap perkembangan anak. Peristiwa ini dapat dikatakan bahwa anak mengalami proses perkembangan motorik melalui kematangannya.

Toto Subroto (2000: 6) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang bukan hanya untuk mencapai tujuan dalam aspek fisik tapi lebih bersifat pedagogis proporsional. Artinya, nilai-nilai pendidikan yang terkait dengan aspek intelektual, moral, sikap, keterampilan fisik dan kebugaran jasmani, serta estetika dibandingkan secara selaras, seimbang dan serasi.

Menurut Pangrazi dan Dauer pendidikan jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberi kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan gerak dan pendidikan melalui gerak, dan harus dilakukan dengan cara-cara yang sesuai dengan konsepnya. (Suherman, 2000 : 20). Dari uraian pengertian pendidikan diatas dapat dinyatakan bahwa pada dasarnya pendidikan adalah usaha manusia (pendidik) untuk dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab membimbing anak-anak (peserta didik) dalam mencapai kedewasaan.

Samsudin (2008:20) Mengungkapkan bahwa, pendidikan jasmani merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan gerak dan pendidikan melalui gerak, dan harus dilakukan dengan cara-cara yang sesuai dengan konsepnya.

Dalam Toto Subroto (2000;12) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani adalah : “suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis, melalui berbagai

kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan dan kecerdasan serta pembentukan watak.

Selanjutnya Nixon dan Jewett menambahkan pendidikan jasmani adalah satu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemauan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau respons yang terkait langsung dengan mental, emosi dan sosial. (Arman Abdullah, 2004 : 5).

Gafur mengatakan,

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Jadi hakikat dari pendidikan jasmani adalah satu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar melalui kegiatan jasmani yang intensif". (Abdullah, 2004 : 5).

Williams (1954:3) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah semua aktivitas manusia yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Pendidikan jasmani terdiri dari perubahan dan penyesuaian yang terjadi pada individu bila ia bergerak dan mempelajari gerak. Termasuk ke dalam gerak adalah merangkak, berjalan, berlari, memanjat, dan gerakan lain. Pendidikan jasmani yang menuju kepada keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa, dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia yang sehat dan kuat lahir dan batin.

Suherman (2000 : 23) menjelaskan Secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu:

1. Perkembangan fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai 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 berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.

4. Perkembangan sosial

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

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan melalui aktifitas jasmani sebagai kegiatan pembelajarannya yang lebih dominan dengan perencanaan secara sistematis dan dilakukan secara sengaja kepada peserta didik untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani.

Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai suatu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh. Penulis dapat merumuskan definisi pendidikan jasmani adalah pendidikan terdiri dari perubahan dan penyesuaian yang terjadi pada diri individu sebagai akibat dari pengalamannya, dan pendidikan jasmani berpusat pada gerak manusia itu sendiri.

2. Hakekat Hasil Belajar

Materi pokok pendidikan jasmani dituangkan lewat kurikulum karena pendidikan jasmani merupakan bidang studi yang diajarkan disekolah. Salah satu mata pelajarannya adalah bola voli, dimana juga diberikan perlakuan berupa teori dan praktek. .

Hasil belajar merupakan suatu hal yang ditimbulkan karena berlangsungnya suatu proses kegiatan sedangkan belajara adalah proses mental yang terjadi pada seseorang. Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya, hasil belajar mempunyai peran

penting dalam proses pembelajaran. Proses penilaian terhadap hasil belajar dapat memberikan informasi kepada guru tentang kemajuan.

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2013:3) menyatakan bahwa “Hasil belajar merupakan hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar”.

Abdurrahman dalam Asep Jihat & Abdul Haris (2013:14) berpendapat bahwa “Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh anak setelah melalui kegiatan belajar”.

Istarani dan Intan (2019:19) “Hasil belajar adalah suatu pernyataan yang spesifik yang dinyatakan dalam perilaku dan penampilan yang diwujudkan dalam bentuk tulisan untuk menggambarkan hasil belajar yang diharapkan”.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat diartikan bahwa hasil belajar adalah perubahan yang terjadi pada diri siswa setelah dibelajarkan, perubahan tersebut meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Aktivitas pada proses belajar siswa tidak selalu berjalan dengan baik, ada yang berjalan dengan lancar dan ada juga yang berjalan tidak lancar, ada yang mudah mengerti dan ada juga yang sulit mengerti, sehingga berpengaruh pada hasil belajar yang diharapkan akan tercapai. Hasil belajar tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor

Menurut Hamdani (2011:139-143) faktor yang mempengaruhi hasil belajar meliputi faktor internal dan faktor eksternal yaitu :

a. Faktor internal

Faktor intern adalah faktor yang berasal dari siswa. faktor ini antaranya, kecerdasan, faktor jasmaniah atau faktor psikologis, sikap, minat, bakat, dan motivasi.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri siswa, faktor tersebut terbagi menjadi tiga yaitu, keadaan keluarga, keadaan sekolah, dan lingkungan masyarakat.

1) Keadaan keluarga, Keluarga merupakan lingkungan terkecil dalam masyarakat tempat seseorang dilahirkan dan dibesarkan. Adanya rasa aman dalam keluarga sangat penting dalam keberhasilan seseorang dalam belajar.

2) Keadaan sekolah, Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal pertama yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan belajar siswa. Oleh karena itu, lingkungan sekolah yang baik dapat

mendorong siswa untuk belajar lebih giat. Keadaan sekolah ini meliputi cara penyajian pelajaran, hubungan guru dengan siswa, alat-alat pelajaran, dan kurikulum. Hubungan antara guru dan siswa yang kurang baik akan mempengaruhi hasil belajar.

- 3) Lingkungan masyarakat, di samping orang tua, lingkungan juga merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa dalam proses pelaksanaan pendidikan. Lingkungan alam sekitar sangat berpengaruh terhadap perkembangan pribadi anak sebab dalam kehidupan sehari-hari anak akan lebih banyak bergaul dengan lingkungan tempat ia berada.

Slameto (2015:54-72) faktor faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah

a. Faktor intern

Faktor intern adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang sedang belajar. Faktor intern terbagi menjadi faktor jasmaniah faktor psikologis, dan faktor kelelahan.

1) Faktor jasmaniah

- a) Faktor kesehatan adalah keadaan atau hal sehat. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya.
- b) Faktor cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh/badan. Keadaan cacat tubuh juga mempengaruhi belajar.

2) Faktor psikologis, ada tujuh faktor yang tergolong ke dalam faktor psikologis yang mempengaruhi belajar. Faktor faktor itu adalah: intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan dan kelelahan.

3) Faktor kelelahan, kelelahan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani.

b. Faktor ekstern

Faktor ekstern yang berpengaruh terhadap hasil belajar, dapat di kelompokkan menjadi 3 faktor, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.

- 1) Faktor keluarga : cara orang tua mendidik, relasi antara anggota keluarga dan latar belakang keluarga, suasana di rumah, keadaan ekonomi keluarga, dan latar belakang kebudayaan.
- 2) Faktor sekolah : di sekolah faktor yang mempengaruhi terhadap belajar siswa yaitu, metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran di atas ukuran keadaan gedung, metode belajar dan tugas rumah.
- 3) Faktor masyarakat : masyarakat merupakan faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa. Pengaruh itu terjadi

karena keberadaan siswa dalam masyarakat. Faktor masyarakat yang berpengaruh dalam belajar siswa yaitu, kegiatan siswa dalam masyarakat, massa media, teman bergaul dan bentuk kehidupan masyarakat.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa merupakan sesuatu yang dicapai atau diperoleh siswa berkat adanya usaha atau pikiran yang mana hal tersebut dinyatakan dalam bentuk penguasaan, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai aspek kehidupan yang dipengaruhi oleh dua faktor yakni faktor dari dalam individu berupa kemampuan personal (internal) dan faktor dari luar diri siswa yaitu lingkungan, misalnya kualitas seorang guru dalam melaksanakan proses belajar mengajar untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Guru harus berupaya menerapkan berbagai cara mengajar dengan menggunakan media gambar sehingga siswa dengan mudah memahami materi yang disampaikan. Dengan demikian prestasi belajar merupakan suatu kebutuhan yang memunculkan motivasi untuk belajar.

4. Hakikat Permainan Bola Voli

Pendidikan jasmani merupakan suatu bidang studi yang sangat penting bagi siswa didalam sekolah. Dimana dengan melakukan suatu olahraga yang berupa pendidikan jasmani dapat meningkatkan pola berpikir dan motorik siswa dalam mengikuti pembelajaran yang berlangsung. Didalam bidang studi pendidikan jasmani, banyak cabang olahraga yang dapat diberikan atau dapat dipraktekkan siswa. Khususnya dalam permainan bola besar yaitu bola voli, sepak bola, dan bola basket. Didalam materi permainan bola besar disekolah seperti bola voli diharapkan siswa dapat melakukan permainan bola voli dengan baik salah satunya adalah teknik dasar *passing* bawah.

Menurut Suherman (2002: 12), teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencari tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Teknik dasar dalam permainan bola voli mempunyai arti yaitu suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyesuaikan tugas yang pasti dalam permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar bola voli merupakan unsur yang sangat menentukan

dalam suatu tim untuk menang kalahnya dalam suatu pertandingan. Oleh karena itu, teknik dasar harus benar-benar dikuasai lebih dahulu agar dapat mengembangkan permainan bola voli dengan baik.

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak penggemarnya. Untuk dapat melakukan permainan bola voli maka perlu penguasaan teknik dasar yang meliputi *passing*, servis, smash, dan block. Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Hal yang paling mendasar dalam permainan bola voli adalah *passing* yang dibagi menjadi *passing* bawah dan *passing* atas. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik yang paling mendasar dalam permainan bola voli.

Berdasarkan berlakunya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KSTP) di sekolah, menuntut sekolah untuk mengetahui tentang pembelajaran permainan bola voli, karena permainan bola voli adalah sebagai olahraga pendidikan di sekolah atau salah satu cabang yang masuk kedalam satuan kurikulum pendidikan jasmani dalam sekolah. Untuk itu Setiap siswa harus juga untuk bersikap aktif, kreatif, dalam menanggapi pembelajaran permainan Bola voli yang di ajarkan guru.

5. Hakikat *Passing* Bawah Bola Voli

Permainan bola voli adalah salah satu jenis permainan beregu. Sebagaimana diketahui prinsip utama dalam permainan beregu adalah kerjasama satu regu dengan tujuan mencapai kemenangan. Untuk mencapai tujuan yang dimaksudkan kepada setiap pemain dituntut terlebih dahulu menguasai teknik dalam permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar dalam pemain bola voli sangatlah penting. Salah satu yang mutlak dikuasai adalah *passing*.

Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik tersebut, seperti biomekanik, anatomi, fisiologi, kinesiologi dan ilmu-ilmu penunjang lainnya, serta berdasarkan pula peraturan permainan yang berlaku.

Nuril Ahmadi (2007:20) dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, *passing* bawah, *passing* atas, blok, dan smash.

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai untuk dapat bermain bola voli dengan baik dan benar adalah teknik dasar *passing*. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Durwatcher (1990:82) yaitu “ tahap awal permainan bola voli sudah memadai apabila pemain telah menguasai teknik dasar yang terdiri dari servis dan *passing*”, Pendapat ini menegaskan bahwa seorang ingin dapat bermain bola voli dengan baik, maka seorang tidak dapat bermain bola voli.

Passing adalah mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu regu suatu tehnik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Nuril Ahmadi (2007:23) *Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu tehnik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya. untuk dimainkan dilapangan sendiri.

Dari penjelasan diatas dapatlah dikemukakan bahwa keterampilan melalui *passing* mutlak perlu dikuasai. Selanjutnya *passing* dalam permainan bola voli ada 2 (dua) jenis yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. Pada dasarnya kedua *passing* ini bertujuan mengoper bola keregunya dan selanjutnya diharapkan dapat melakukan penyerangan kembali kepada regu lawan

Passing bawah khususnya dilakukan dalam upaya menahan segala jenis serangan yang dilancarkan oleh regu lawan berupa servis, smash, tip dan lain sebagainya. Umumnya serangan yang dilancarkan jalannya adalah keras, deras dan cepat. Salah satu upaya efektif untuk menahan serangan tersebut adalah dengan menggunakan *passing* bawah.

Passing bawah menurut, Nuril Ahmadi (2007:22), adalah memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah merupakan tehnik bermain yang cukup penting. Kegunaan teknik lengan bawah antara lain:

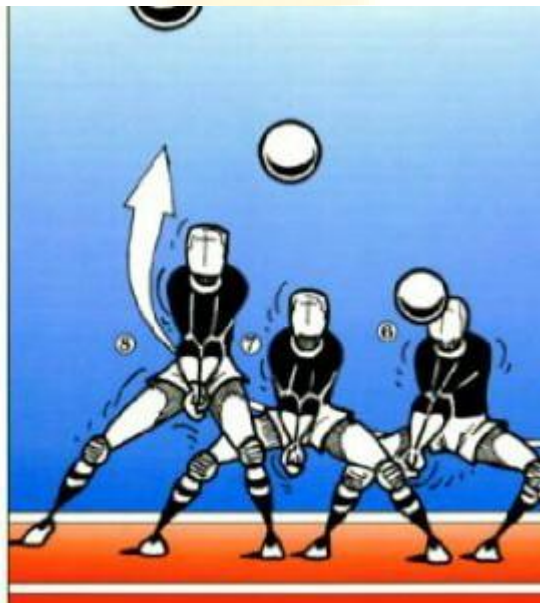
1. Untuk penerimaan bola servis
2. Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan / smash
3. Untuk pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net

4. Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh diluar lapangan permainan
5. Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya

Tahap-tahap pelaksanaan teknik-teknik operan yang perlu dipelajari siswa dalam permainan bola voli menurut Nuril Ahmadi, yaitu

- a) Persiapan
- b) Tahap pelaksanaan,
- c) gerakan lanjutan

a. Persiapan



Sumber .Nuril Ahmadi (2007:22)

Gambar 2.1: Teknik Persiapan *Passing* Bawah Bola Voli

Posisi kedua tangan saling bertautan

Kedua lutut ditekuk, kaki dibuka selebar bahu.

Punggung tangan kanan diletakkan di atas tangan kiri.

Badan sedikit condong ke depan.

b. Perkenaan



Sumber .Nuril Ahmadi (2007:22)

Gambar 2: Teknik Pelaksanaan *Passing*Bawah Bola Voli

Kedua siku betul-betul dalam keadaan lurus.

Ayunkan kedua tangan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian bahu.

Sudut antara lengan dengan badan sekitar 45°

Perkenaan bola pada bagian tangan yaitu di atas pergelangan tangan

Sikap Akhir

Setelah bola berhasil di *passing*bawah maka segeralah diikuti pengambilan sikap normal kembali dengan tujuan agar dapat bergerak lebih cepat untuk menyesuaikan diri dengan keadaan. Setiadi (1982) menambahkan “segala gerakan perkenaan bola diteruskan dengan follow through, kemudian mengambil posisi berikutnya yaitu mempersiapkan diri menerima pukulan atau serangan dari musuh”.

Sikap akhir

Setelah lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan.

Selanjutnya segera mengambil posisi siap kembali.

Ayunkan lengan ke depan tidak melebihi sudut 90° .

Pandangan tetap ke arah jalannya bola.

Pada *passing* bawah dalam bola voli koordinasi dibutuhkan dalam melihat datangnya bola dengan gerakan tangan dan kaki dalam menyentuh dan mengangkat bola, disamping itu koordinasi gerak juga berguna menentukan arah gerakan yang cepat dalam mengambil posisi tubuh sesuai dengan datangnya bola. Gerakan tangan dilakukan dengan meluruskan siku kedepan sedangkan gerakan kaki berfungsi sebagai pengatur jarak bola dengan badan. Dengan demikian atlet yang memiliki koordinasi yang baik tidak hanya mampu menampilkan keterampilan yang baik saja akan tetapi dapat dengan cepat memecahkan tugas latihan yang muncul secara tak terduga.



Sumber .Nuril Ahmadi (2007:22)

Gambar 3. Sikap Akhir Pelaksanaan passing bawah bola voli

Menurut Suharno dalam buku Arma Abdullah (1981) “teknik gerakan *passing* bawah dibagi menjadi : (1) sikap persiapan, (2) sikap perkenaan, (3) sikap akhir.

Sikap Persiapan

Ambil posisi sikap siap normal, lutut ditekuk sedikit sehingga tubuh bagian atas membungkuk sedikit kedepan.

Sikap persiapan

Posisi kedua tangan saling bertautan

Kedua lutut ditekuk, kaki dibuka selebar bahu.

Punggung tangan kanan diletakkan di atas tangan kiri.

Badan sedikit condong ke depan.

Pada saat akan mengenakan bola pada bahagian sebelah atas dari pergelangan tangan, ambillah terlebih dahulu posisi sedemikian rupa sehingga badan berada pada posisi menghadap bola.

Sikap perkenaan

Kedua siku betul-betul dalam keadaan lurus.

Ayunkan kedua tangan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian bahu.

Sudut antara lengan dengan badan sekitar 45°

Perkenaan bola pada bagian tangan yaitu di atas pergelangan tangan

Sikap Akhir

Setelah bola berhasil di *passing* bawah maka segeralah diikuti pengambilan sikap normal kembali dengan tujuan agar dapat bergerak lebih cepat untuk menyesuaikan diri dengan keadaan.

Setelah lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan.

Mengambil posisi siap kembali.

Lengan diayunkan ke depan tidak melewati batas bahu

Pandangan tetap ke arah jalannya bola.

6. Hakikat Model Demonstrasi

a. Pengertian Model Demonstrasi

Roestiyah NK dalam Istarani (2012: 101) mengatakan “Demonstrasi ialah cara mengajar dimana seorang Instruktur/ atau tim guru menunjukkan, memperlihatkan sesuatu proses misalnya merebus air sampai mendidih 100 derajat Celsius, sehingga seluruh siswa dalam kelas dapat melihat, mengamati, mendengar mungkin meraba dan merasakan proses yang dipertunjukkan oleh guru tersebut.

Istarani (2012: 101) mengungkapkan :

Demonstrasi dalam hubungannya dengan penyajian informasi dapat diartikan sebagai upaya peragaan tentang suatu cara melakukan sesuatu. Model demonstrasi adalah model mengajar dengan cara memperagakan,

kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun melalui penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan yang sedang disajikan.

Tujuan menggunakan model ini dalam proses pembelajaran adalah untuk memperjelas pengertian konsep dan memperhatikan cara melakukan sesuatu atau proses terjadinya sesuatu.

b. Langkah-langkah Model Demonstrasi

Aris Shoimin (2016:62-63) menyatakan bahwa langkah langkah model demonstrasi adalah :

- 1) Guru menyampaikan kompetensi yang dicapai.
- 2) Guru menyajikan gambaran sekilas materi yang di sampaikan.
- 3) Menyiapkan bahan atau alat yang diperlukan
- 4) Menunjuk salah seorang siswa untuk mendemonstrasikansesuai scenario yang telah disiapkan.
- 5) Seluruh siswa memperhatikan demonstrasi dan menganalisisnya.
- 6) Tiap siswa mengemukakan hasil analisi dan demosntrasikan pengalaman.
- 7) Guru dan siswa membuat suatu kesimpulan.
- 8) Penutup

c. Kelebihan dan Kelemahan Model Demonstrasi

Menurut Aris Shomin (2016: 63) Model demonstrasi mempunyai beberapa kelebihan-kelebihan, antara lain ialah:

- 1) Membantu anak didik memahami dengan jelas jalanya suatu proses atau kerja suatu benda,
- 2) Memudahkan berbagai jenis penjelasan,
- 3) Kesalahan-kesalahan yang terjadi hasil dari ceramah dapat diperbaiki melalui pengamatan dan contoh konkret dengan menghadirkan objek sebenarnya.

kelemahan,

- 1) Anak didik terkadang sukar melihat dengan jelaas benda yang di peruntukan kepadanya,
- 2) Tidak semua benda dapat di demostrasikan,
- 3) Sukar dimengeri bila didemosterasikan oleh guru yang kurang menguasai apa yang didemostrasikan.

Model yang dilakukan dengan siswa antara lain

1 Melakukan passing bawah dengan bantuan teman tanpa lemparan

Tujuannya supaya siswa mengetahui perkenaan bola dengan lengan dengan baik dan benar



2 Melakukan passing bawah melalui bantuan teman dengan lemparan
Tujuannya untuk mengontrol bola dengan baik dan benar



3 Passing bawah ketembok

Tujuannya untuk mengontrol bola dengan baik dan benar



4 Passing bawah ditempat

Tujuannya untuk mengontrol bola dan menguasai bola dengan baik dan benar



7. Hakikat Modifikasi

Modifikasi adalah usaha merubah sesuatu dari bentuk ataupun kegunaan dengan tujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan hasil yang maksimal dan bertujuan untuk dapat disampaikan sesuai dengan tahap tahap perkembangan anak.

Modifikasi pembelajaran bola voli dapat dilakukan pada aspek kondisi lingkungan yaitu berupa peralatan. Modifikasi kondisi lingkungan meliputi peralatan, penataan ruang gerak dan jumlah siswa yang terlibat . Berkaitan dengan modifikasi peralatan bola voli, Bahagia dan Suherman (2000 : 7) mengemukakan bahwa: “Guru dapat mengurangi dan menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan skil itu. Misalnya berat ringannya bola voli , tinggi rendahnya net pada permainan bola voli, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan” Sesuai dengan tingkat perkembangan fisik dan psikologisnya, pembelajaran bola voli untuk siswa perlu beberapa modifikasi. Disini peneliti menjelaskan untuk mengajar bola voli jarring dapat diganti dengan tali plastik dapat diturunkan dari ukuran standar, berat bola lebih ringan standar Lutan (2000 : 417). Sesuai dengan aturan modifikasinya.

Modifikasi permainan cabang olahraga, tidak diajukan untuk mengubah hakekat cabang olahraga tersebut, tetapi untuk menyesuaikan situasi dan kondisi permainan agar dapat dimainkan dan dinikmati oleh kelompok

pemain tertentu. Modifikasi dilakukan semata untuk mengurangi “tingkat tantangan” dari permainan tersebut agar sesuai untuk dimainkan anak-anak dalam kelas pendidikan jasmani. Dan modifikasi hendaknya memang diarahkan pada aturan-aturan yang secondary agar hakikat atau ciri khas dari permainan tersebut tidak hilang.

Modifikasi merupakan suatu keterampilan merubah suatu benda untuk dapat dipergunakan dalam suatu kegiatan.

Soepartono (2001 : 4) menyatakan bahwa “Modifikasi olahraga dalam pendidikan jasmani tidak menunjukkan kepada salah satu metodologi atau model pengajaran tertentu, tetapi ia menunjuk pada berbagai keterampilan mengajar yang di adaptasikan secara tepat oleh guru selama proses pengajaran. Dalam penjas modifikasi olahraga sama sekali tidak mengubah isi kurikulum yang ditetapkan. Justru dengan pendekatan modifikasi materi yang menyesuaikan dengan kemampuan siswa, ini merupakan upaya agar kurikulum di diklas dapat dilaksanakan secara intensif dan efektif.

Pengertian modifikasi sangat erat kaitannya dengan fleksibilitas dalam mengembangkan tugas belajar, bukan saja ditinjau dari kesesuaiannya dengan tahap-tahap perkembangan anak, tetapi juga kesesuaian dengan alat, aturan, keadaan lingkungan dan lainnya. Jadi, modifikasi bukan model atau tidak terkait dengan model tertentu. Soepartono (2001 : 18) mengungkapkan bahwa modifikasi berkaitan dengan berbagai keterampilan mengajar yang di adaptasikan secara tepat selama proses pembelajaran berlangsung.

Menurut Ngasmin dan Soepartono (2001 : 5), “faktor-faktor yang dapat dan perlu dimodifikasi adalah : ukuran lapangan, waktu bermain, peralatan yang di gunakan, penyederhanaan aturan dan lainnya”.

Ngasmin dan Soepartono (2000 : 20) menjelaskan beberapa pertimbangan dalam pembelajaran pendidikan jasmani perlu dilakukan pendekatan modifikasi adalah:

- a. Anak bukanlah seorang dewasa, dengan ukuran tubuh lebih kecil, pematangan fisik dan mental anak belum selengkap dan sesempurna orang dewasa.
- b. Pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani yang selama ini diterapkan dinilai kurang efektif, masi tradisional dan monoton.
- c. Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani yang ada sekarang hampir semuanya didesain untuk orang dewasa.

Dari beberapa kutipan diatas bahwa proses belajar mengajar perlu keaktifan seorang guru dalam memodifikasi sarana dan prasarana pembelajaran yang dirasakan kurang untuk memenuhi kebutuhan siswa agar kejenuhan dalam mengajar dapat diatasi. Seperti halnya dengan permainan bola voli seorang guru harus dapat memodifikasi dengan bola mainan sederhana.

Menurut Bahagia dan Suherman (2002 : 2), “modifikasi pembelajaran olahraga meliputi 4 aspek yaitu: a. Tujuan, b. Karakteristik c. Kondisi lingkungan d. Evaluasinya. Modifikasi pembelajaran bola voli dapat dilakukan dengan memodifikasi beberapa aspek atau aspek saja.

Seperti telah dibahas bahwa minimnya fasilitas dan perlengkapan pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut guru penjas untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada. sesuai dengan kondisi siswa dan sekolahnya. Dengan melakukan modifikasi fasilitas maupun perlengkapan tersebut sebenarnya tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melaksanakan pelajaran penjas melainkan sebaliknya, siswa lebih aktif karena siswa difasilitasi untuk lebih banyak bergerak, dengan pendekatan bermain dalam suasana riang gembira.

Lutan (2003) menyatakan: Modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar:

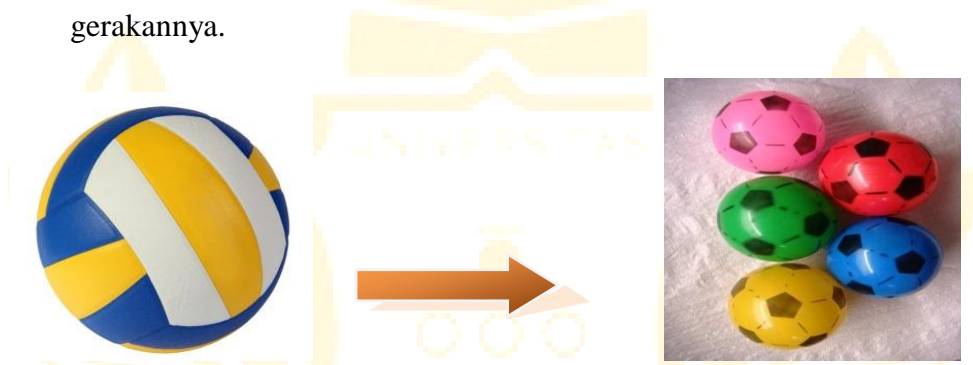
- a. Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran
- b. Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi
- c. Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada di dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif dan psikomotorik anak.

Modifikasi alat dalam *passing* bawah salah satunya yaitu :

1. Modifikasi Bola Karet

Bola voli dimodifikasi dengan menggunakan bola karet agar proses pembelajaran tercapai untuk siswa karena lebih efektif dan efisien. Modifikasi tersebut berfungsi untuk memaksimalkan *passing* bawah pada saat siswa melakukan gerak *passing* bawah. Selain daripada itu siswa dapat melakukan gerak *passing* bawah bola voli fokus dengan teknik dan gerakannya.



Gambar 4 :Bola Voli Dimodifikasi Menjadi Bola Karet

Alasan saya kenapa saya memodifikasi bola voli menjadi bola karet karena untuk siswa kelas VII SMP Negeri 2 Berastagi tidak mampu melakukannya atau fisik mereka kurang sedikit dari fisik orang dewasa sehingga mereka tidak bisa melakukan permainan *passing* bawah bola voli dengan sempurna , dengan itu saya mengobservasi siswa sehingga saya terpikir dapat memodifikasi bola voli dengan alat bola karet pada Siswa SMP Negeri 2 Berastagi , supaya siswa dapat mudah memahami pembelajaran yang saya terapkan kepada mereka.

8. Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

a. Pengertian Tindakan Kelas (PTK)

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sehingga hasil belajar siswa meningkat. Bahri dalam Fita Nur Arifah

(2017:23) menyatakan bahwa “PTK merupakan sebuah kegiatan yang dilaksanakan untuk mengamati kejadian-kejadian dalam kelas untuk memperbaiki praktik dalam pembelajaran agar lebih berkualitas dalam proses sehingga hasil belajar pun menjadi lebih baik.

Menurut Suharsimi Arikunto (2014:104) menyatakan bahwa “Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan suatu penelitian yang akar permasalahannya muncul di kelas, dan dirasakan langsung oleh guru yang bersangkutan sehingga sulit dibenarkan jika ada anggapan bahwa permasalahan dalam penelitian tindakan kelas diperoleh dari persepsi atau lamunan seorang peneliti.

Zainal Aqib, dkk (2016:3) berpendapat “penelitian tindakan kelas (PTK) adalah penelitian yang di lakukan oleh guru dikelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sehingga hasil belajar siswa meningkat.

Menurut Kunandar (2013:68) manfaat PTK dapat dilihat dari dua aspek, yakni aspek akademis dan aspek praktis. Manfaat aspek akademis adalah untuk membantu guru menghasilkan pengetahuan yang relevan bagi kelas mereka untuk memperbaiki mutu pembelajaran dalam jangka pendek.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat diartikan bahwa Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah suatu penelitian yang dilakukan terhadap kegiatan belajar yang terjadi didalam kelas untuk perbaikan dan perubahan mutu pembelajaran.

b. Tujuan Penelitian Tindakan Kelas

Menurut Kunandar (2013:63:64) adapun tujuan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai berikut :

- 1) Untuk memecahkan masalah permasalahan nyata yang terjadi di dalam kelas yang dialami langsung dalam intraksi antara guru dan siswa yang sedang belajar, meningkatkan profesionalisme guru.
- 2) Peningkatan kualitas praktik pembelajaran di kelas secara terus-menerus mengingat masyarakat berkembang secara cepat.
- 3) Peningkatan relevansi pendidikan, hal ini dicapai melalui peningkatan proses pembelajaran.
- 4) Sebagai alat *training in-service*, yang memperlengkapi guru dengan skill dan metode baru.
- 5) Sebagai alat untuk memasukkan pendekatan tambahan atau inovatif terhadap system pembelajaran yang berkelanjutan yang biasanya menghambat inovatif dan perubahan.

- 6) Peningkatan mutu hasil pendidikan melalui perbaikan praktik pembelajaran di kelas dengan mengembangkan berbagai jenis keterampilan dan meningkatkan motivasi belajar siswa.
- 7) Meningkatkan sikap profesional pendidik dan tenaga kependidikan.
- 8) Menumbuh kembangkan budaya akademik di lingkungan sekolah, sehingga tercipta sikap proaktif dalam melakukan perbaikan mutu pendidikan dan pembelajaran secara berkelanjutan.
- 9) Peningkatan efisiensi pengelolaan pendidikan, peningkatan atau perbaikan proses pembelajaran di samping untuk meningkatkan relevansi dan mutu hasil pendidikan juga ditunjukkan untuk meningkatkan efisiensi pemanfaatan sumber-sumber daya yang terintegrasi di dalamnya.

c. Manfaat Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Menurut Kunandar (2013:68) manfaat Penelitian Tindakan Kelas dapat dilihat dari dua aspek, yakni aspek akademis dan aspek praktis, adapun manfaatnya sebagai berikut.

- 1) Manfaat aspek akademis untuk membantu guru menghasilkan pengetahuan yang sah dan relevan bagi kelas mereka untuk memperbaiki mutu pembelajaran dalam jangka pendek
- 2) Manfaat praktis dari pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) antara lain: (1) merupakan pelaksanaan inovasi pembelajaran dari bawah. Peningkatan mutu dan perbaikan proses pembelajaran yang dilakukan guru secara rutin merupakan wahana pelaksanaan inovasi pembelajaran. Oleh karena itu, guru perlu selalu mencoba untuk mengubah, mengembangkan dan meningkatkan yang sesuai dengan kondisi dan karakteristik; (2) pengembangan kurikulum di tingkat sekolah, artinya dengan guru melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), maka guru telah melakukan implementasi kurikulum dalam tataran praktis, yakni bagaimana kurikulum itu dikembangkan dan sesuai dengan situasi dan kondisi, sehingga kurikulum dapat berjalan secara efektif melalui proses pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan.

9. Pelaksanaan pembelajaran

Pembelajaran dikatakan efektif jika pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan baik dan pembelajaran dikatakan berhasil jika siswa berhasil mengerjakan tes yang diberikan guru. Hal ini terlihat hubungan timbal-balik antara guru dan siswa dalam proses pembelajaran. Hal tersebut dapat dilihat dari ciri-ciri guru yang efektif melaksanakan pembelajaran.

Kriteria penilaian dalam pembelajaran aktivitas guru menurut Piet A. Sahertian (2010:60) adalah sebagai berikut.

A= 81-100%baik sekali
B=61-80%baik
C=41-60%cukup
D=21-40%kurang
E=0-20%sangat kurang

Kriteria penilaian dalam pelaksanaan pembelajaran aktivitas siswa menurut Asep Jihad dan Andul Haris (2013:131) sebagai berikut.

1. Nilai=10-29 Sangat Kurang
2. Nilai=39-49 Kurang
3. Nilai=50-69 Cukup
4. Nilai=70-89 Baik
5. Nilai=90-100 Sangat Baik

Berdasarkan pernyataan para ahli di atas, peneliti dapat menyatakan bahwa melihat hubungan timbal balik antara guru dan siswa dalam belajar mengajar yang dilampir dalam lembar observasi perbaikan belajar mengajar yang memperlihatkan aktivitas guru dan siswa dalam belajar mengajar. Pelaksanaan belajar mengajar dikatakan baik apa bila aktivitas guru minimal kriteria yaitu 61-80 % dan aktivitas siswa minimal kriteria baik yaitu 70-89.

10. Ketuntasan Belajar

Berdasarkan petunjuk pelaksanaan prosos belajar mengajar, Depdikbud dalam Trianto (2009: 241) menyatakan kriteria ketuntasan belajar perorangan dan klasikal bahwa: “Setiap siswa dikatakan tuntas belajarnya (ketuntasan individu) jika proporsi jawaban benar siswa $\geq 75\%$, dan suatu kelas dikatakan tuntas belajarnya (ketuntasan klasikal) jika dalam kelas tersebut terdapat $\geq 85\%$ siswa yang telah tuntas belajarnya”.

B. Kerangka Berfikir

Pembelajaran adalah proses komunikasi antara siswa dengan guru dan sebaliknya serta antara siswa dengan siswa dalam rangka perubahan sikap dan pola pikir yang menjadi kebiasaan bagi siswa yang bersangkutan. Mengajar berarti membimbing siswa agar dapat berperan aktif dalam pembelajaran dan

dapat mengerti akan apa yang dikerjakannya. Salah satu faktor yang mendukung keberhasilan proses pembelajaran adalah penggunaan model pembelajaran bervariasi dengan tujuan yang ingin dicapai. Hal ini juga berlaku untuk mata pelajaran penjas, seperti yang telah diuraikan sebelumnya bahwa masalah yang selama ini dialami dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli adalah kurangnya minat dan perhatian siswa pada saat mengikuti proses pembelajaran. Kebanyakan siswa tidak serius, masih pasif dan cepat merasa bosan dalam proses pembelajaran sehingga pada akhirnya hasil belajar yang diperoleh siswa masih rendah.

Pendidikan jasmani di sekolah masih banyak hanya berfokus pada metode gaya mengajar saja. Hal tersebut menyebabkan banyaknya siswa yang menjadi bosan, jenuh dan tidak tertarik pada proses pembelajaran. Suasana yang kurang menyenangkan dan menggembirakan tersebut akan membuat siswa kurang termotivasi dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Oleh karena itu diperlukan suatu konsep pembelajaran yang dapat mendukung keberhasilan siswa, yaitu salah satunya pembelajaran dengan menggunakan modifikasi alat. Penerapan modifikasi alat merupakan salah satu model yang dapat membangkitkan keaktifan siswa terhadap materi yang disampaikan dan, apabila guru dapat menerapkannya dengan maksimal. Hal ini diharapkan dan diyakini dapat meningkatkan hasil belajar yang lebih baik.

Berdasarkan uraian tersebut, dalam penelitian ini akan dilihat seberapa besar peningkatan hasil belajar *passing* bola voli siswa setelah diberikan perlakuan pembelajaran dengan menggunakan penerapan modifikasi alat.

Dalam mempelajari kemampuan *passing* bola voli sangat dipengaruhi oleh berbagai modifikasi alat yang diberikan dan dilakukan oleh seorang guru pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah sesuai dengan tujuan dalam meningkatkan kemampuan kerja otot dan teknik yang baik. Dalam pelaksanaan pembelajaran *passing* bola voli banyak hal yang dapat dilakukan. Salah satu yang menjadi penekanan yang dilakukan dalam penelitian ini, melakukan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan modifikasi bola karet sertamenggunakan nodel demonstrasi pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Berastagi.

Penerapan modifikasi alat ini berguna untuk membantu siswa untuk dapat dengan cepat memahami dan menguasai teknik *passing* bawah bola voli. Dengan memaksimalkan modifikasi bola karet diharapkan adanya peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli terutama pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Berastagi Tahun Ajaran 2020/2021.

C. Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya perlu diuji melalui bukti-bukti. Tindakan dilakukan agar dapat memperbaiki proses pembelajaran. Dengan demikian untuk menjawab permasalahan dari penelitian yang dilakukan dapat diajukan hipotesis sebagai berikut Dengan modifikasi bola karet serta menggunakan model demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa *passing* bawah bola voli di Kelas VII SMP Negeri 2 Berastagi Tahun Ajaran 2020/2021.

D. Definisi Operasional

Defenisi operasional dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

- 1) Belajar Olahraga dapat meningkatkan pola berpikir dan motorik siswa dalam mengikuti pembelajaran yang berlangsung.
- 2) Modifikasi pembelajaran bola voli dapat dilakukan pada aspek kondisi lingkungan yaitu berupa peralatan.
- 3) Modifikasi adalah alat pelajaran yang digunakan dalam menyapaikan materi pembelajaran.
- 4) Pelaksanaan pembelajaran adalah pemeblajaran yang diterapkan harus memenuhi kriteria baik. Pembelajaran dikatakan baik jika pelaksanaan aktivitas guru memenuhi kriteria 61- 80%. Dan pembelajaran dikatakan baik jika aktivitas siswa berada pada rentang keriteria 70-89.
- 5) Hasil Belajar siswa dilihat dari ketuntasan belajar siswa secara individu dan secara klasikal dimana hasil belajar siswa dapat dilihat dari hasil evaluasi yang diberikan kepada siswa setelah proses pembelajaran selesai dilaksanakan. Ketuntasan hasil belajar dapat dikatakan tuntas secara individu jika hasil mencapai KKM yang sudah ditentukan sekolah 75 dan suatu kelas dikatakan tuntas secara

klasikal jika dalam kelas terdapat $\geq 85\%$ siswa yang telah tuntas belajarnya”.

- 6) Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri dengan tujuan untuk memperbaiki pekerjaannya sehingga hasil belajar siswa meningkat.

