

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Hakikat Belajar dan Pembelajaran Penjas

1. Pengertian Belajar

Belajar merupakan hal yang sangat penting sekali bagi kita semua. Karena dengan belajar kita dapat mengetahui dan bisa melakukan atau memahami yang sebelumnya kita belum mengetahui atau mengerjakannya. Menurut Djamarah (2011, hlm. 12) pengertian belajar ialah,

Belajar adalah suatu kata yang sudah akrab dengan semua lapisan masyarakat. Bagi para pelajar atau mahasiswa “belajar” merupakan kata yang tidak asing. Bahkan sudah merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari semua kegiatan mereka dalam menuntut ilmu dilembaga pendidikan formal. Kegiatan belajar mereka lakukan setiap waktusesuai dengan keinginan. Entah malam hari, siang hari, sore hari, atau pagi hari.

Selanjutnya Dimiyati dan Mudjiono (2006, hlm. 7) menyatakan bahwa,

Belajar merupakan tindakan atau perilaku siswa yang kompleks. Sebagai tindakan, maka belajar hanya dialami oleh siswa sendiri. Siswa adalah penentu terjadinya atau tidak terjadinya proses belajar. Proses belajar terjadi berkat siswa memperoleh sesuatu yang ada dilingkungan sekitar. Lingkungan yang dipelajari oleh siswa berupa keadaan alam, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, manusia, atau hal-hal yang dijadikan bahan belajar. Tindakan belajar tentang suatu hal tersebut tampak sebagai perilaku belajar yang tampak dari luar.

Sejalan dengan itu Budianingsih (2012, hlm. 20) menyatakan bahwa, “Belajar merupakan bentuk perubahan yang dialami siswa dalam hal kemampuannya untuk bertingkah laku dengan cara yang baru sebagai hasil interaksi antara stimulus dan respon”.

Jadi dapat disimpulkan bahwa pengertian belajar adalah upaya maksimal dari seorang guru sebagai pengajar dan seorang siswa sebagai pebelajar dalam merancang atau mengelola segala sesuatu hal yang berkaitan dengan proses kegiatan belajar mengajar untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal.

Kita tahu bahwa prinsip belajar merupakan upaya membangkitkan aspek-aspek yang harus dikembangkan sebagai potensi belajar siswa yaitu: perhatian, motivasi, keaktifan, pengalaman, pengulangan, tantangan, balikan, penguatan dan perbedaan individual.

2. Tujuan belajar

Tujuan belajar ialah untuk menghasilkan para siswa yang bermutu bagi kehidupan dimasyarakat, karena belajar sangatlah penting untuk mengetahui ilmu-ilmu yang ada didunia ini. Menurut Lutan (2001, hlm. 15) menyatakan bahwa,

Tujuan belajar ialah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam pendidikan jasmani, juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Guru mengajar dengan maksud agar terjadi proses belajar. Melalui proses tersebut maka terjadi perubahan perilaku yang relatif melekat. Dari mana kita dapat mengetahuinya setelah selang berapa lama, hasil belajar mulai teramati dan bahkan dapat terungkap, misalnya bila diadakan evaluasi terhadap hasil belajar.

Sedangkan menurut Safari (2013, hlm. 8) tujuan belajar adalah sebagai berikut,

Tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam pendidikan jasmani, juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Guru mengajar dengan maksud agar terjadi proses belajar. Melalui proses tersebut, maka terjadi perubahan yang relative melekat. Setelah beberapa lama, hasil belajar mulai teramati dan bahkan dapat diungkapkan, misalnya diadakan evaluasi terhadap hasil belajar.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu proses perubahan melalui sebuah kegiatan atau reaksi terhadap lingkungan, perubahan tersebut tidak dapat disebut belajar apabila disebabkan oleh pertumbuhan atau keadaan sementara seseorang seperti kelelahan atau disebabkan oleh obat-obatan.

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak tergantung bagaimana keseluruhan proses pembelajaran yang dialami siswa sebagai anak didik.

3. Pembelajaran Penjaskes

Pembelajaran penjaskes merupakan pembelajaran yang melibatkan kondisi jasmani seseorang dan kesehatan fisik seseorang dimana pembelajaran ini sangat disukai anak-anak khususnya anak-anak di sekolah dasar, dalam pembelajaran ini anak-anak bisa bergerak sebebaskan-bebasnya sesuai yang diinginkan anak tersebut. Sehingga anak-anak merasa senang dalam pembelajarn tersebut. Di dalam pembelajaran pendidikan jasmani pun terdapat tiga aspek yang sangat penting

yaitu psikomotor, afektif dan kognitif. Menurut Safari (2013, hlm. 8) menyatakan bahwa,

Pendidikan jasmani adalah fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak.

Apabila antara guru dan siswa saling bekerja sama dalam sebuah proses pembelajaran, tentunya akan ada sebuah hasil yang maksimal dari sebuah pembelajaran yang diberikan oleh guru kepada siswa.

Berbicara tentang pendidikan jasmani, pendidikan jasmani adalah program pendidikan yang memberikan kontribusi terutama melalui pengalaman gerak untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh dan dilakukan dengan cara-cara yang benar agar memiliki makna bagi anak.

Sedangkan menurut Rosdiani (2012, hlm. 23) pengertian pendidikan jasmani adalah sebagai berikut,

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani diartikan dengan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama yang jika disimpulkan bermakna jelas, bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut dikembangkan, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut dikembangkan, baik langsung maupun secara tidak langsung.

Karena hasil-hasil kependidikan dari pendidikan jasmani tidak hanya terbatas pada manfaat penyempurnaan fisik atau tubuh semata, definisi penjas tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dari aktivitas fisik. Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh. Pendidikan jasmani ini

karenanya harus menyebabkan perbaikan dalam ‘pikiran dan tubuh’ yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-j jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: kognitif, afektif dan psikomotor.

Pendidikan jasmani memang merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Di dalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhi kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, makin besar bagi kualitas pertumbuhan itu sendiri.

Pendidikan jasmani yang benar akan memberikan sumbangan yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosi, sosial dan moral. Tidak salah jika para ahli percaya bahwa pendidikan jasmani merupakan wahana yang paling tepat untuk membentuk manusia seutuhnya.

Tujuan umum pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat kepada anak. Menurut Lutan, dkk (2001, hlm. 2)

Salah satu tujuan pendidikan jasmani yang menjadi kepedulian guru pendidikan jasmani ialah pemahaman konsep kebugaran jasmani dan aktifitas jasmani untuk mencapai keadaan sehat. Sekolah-sekolah di Indonesia sekarang sudah mulai memperlihatkan tujuan tersebut, antara lain melalui pengamalan praktik pembinaan kebugaran jasmani.

Sedangkan tujuan pendidikan jasmani menurut Rosdiani (2012, hlm. 26) ialah,

Tujuan pendidikan jasmani yaitu memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional dan moral. Singkatnya, pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan potensi setiap anak setinggi-tingginya.

Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan siswa menjadi tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya, serta perkembangan pribadinya secara

harmonis. Dalam hubungannya dengan peningkatan prestasi, pendidikan jasmani berupaya membentuk gerak dasar yang bermanfaat dalam usaha pembibitan olahragawan melalui kegiatan ekstrakurikuler misal olahraga-olahraga yang sangat memasyarakat seperti sepak bola, bola voli dan lain-lain selain murah, meriah dan memasyarakat olahraga-olahraga ini sangat berguna untuk kesehatan tubuh seseorang.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran yang dilakukan secara sistematis dan terprogram oleh guru dalam upaya membantu agar potensi dan kemampuan yang dimiliki para siswa dapat berkembang secara utuh baik terkait dengan tiga aspek yang sangat khas pendidikan jasmani di sekolah dasar yaitu aspek kognitif, afektif maupun psikomotor, yaitu dalam upaya mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan.

B. Permainan Bola voli

1. Pengertian Permainan Bola voli

Permainan bola voli merupakan permainan yang sangat memasyarakat, permainan ini sangat murah dan meriah sehingga di desa sampai ke kota permainan bola voli ini sangat populer.

Menurut Yudiana dan Subroto (2010, hlm. 36) menyatakan bahwa, “permainan bola voli adalah permainan memantul-mantulkan bola oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain diatas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu”.

Sedangkan Somantri dan Sujana (2009, hlm. 10) menyatakan bahwa,

Permainan bola voli merupakan salah satu permainan yang sangat digemari oleh masyarakat mulai dari masyarakat pedesaan sampai masyarakat perkotaan. Permainan bola voli pada mulanya bertujuan mencapai kepuasan atau untuk rekreasi. Selain itu dengan melakukan olahraga atau permainan diharapkan jasmani menjadi segar dan sehat.

Sejalan dengan itu Setiadi (2011, hlm. 3) berpendapat bahwa, “bola voli merupakan salah satu permainan beregu dengan bola sebagai alat permainannya. Cara memainkan permainan ini yaitu dengan memantul-mantulkan bola menggunakan lengan atau anggota badan lainnya. Bola dipukul atau dipantulkan dari satu petak ke petak lapangan lainnya”.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian bola voli ialah permainan yang sangat memasyarakat karena permainan ini sangat murah dan menyenangkan yang dilakukan oleh dua regu dengan dimainkan oleh enam pemain untuk masing-masing regu yang dibatasi oleh net. Dalam memvoli bola hanya diperkenankan menyentuh bola sebanyak tiga kali dengan tujuan akhir menjatuhkan bola di daerah lawan sampai pada poin yang telah ditentukan.

Permainan bola voli sudah berkembang menjadi salahsatu cabang olahraga yang digemari oleh berbagai lapisan masyarakat dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan baik di perkotaan maupun di pedesaan. Di sekolah dasar permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan melalui mata pelajaran pendidikan jasmani. Dalam pelaksanaannya siswa dituntut untuk dapat melakukan gerakan keterampilan dasar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga permainan yang dilakukan pada lapangan dengan ukuran 18 m x 9 m, yang dibatasi oleh net yang ketinggian netnya 2,43 m untuk putra dan 2,24 m untuk putri, dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang. Permainan bola voli mini adalah permainan bola dimainkan dilapangan dengan ukuran 12 m x 6 m, yang dibatasi oleh net yang ketinggian netnya 2 m untuk putra dan putri, dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu empat orang yang mempergunakan peraturan sederhana.

Permainan bola voli dimainkan oleh dua regu yang setiap regu berusaha untuk dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangan lawan. Bola boleh dipukul dengan tangan maupun anggota tubuh lainnya dengan pantulan yang sempurna dengan peraturan yang telah ditetapkan. Dalam permainan bola voli harus memperhatikan dan harus mempunyai beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli antara lain servis, *passing*, *smash*, dan *block*.

Jumlah pemain dalam setiap regu terdiri dari enam orang dan untuk voli mini setiap regu terdiri dari empat orang. Setiap regu satu berkostum sama, dengan memakai nomor dada dan nomor punggung kecuali dalam pembelajaran, hal ini tidak ada ketentuan baku, kecuali memakai pakaian olahraga lengkap. Peraturan

dalam permainan bola voli diawali dengan servis oleh regu penyerang setelah diundi regu mana yang menjadi penyerang pertama. Servis harus melewati net, bola diterima regu lawan, dan boleh memainkan bola maksimal tiga kali, lalu kembalikan ke lapangan lawan dengan berusaha memastikan pertahanan lawan. Jika bola gagal dikembalikan oleh regu server, maka pindah dan poin satu untuk regu penerima tadi. Sebaliknya, jika bola gagal dikembalikan, poin untuk regunya atau untuk regu lawan, sesuai posisi matinya bola di daerah mana. Kemenangan permainan bola voli dalam satu set adalah regu yang lebih dahulu mencapai poin 25, dalam satu pertandingan kemenangan sesuai kesepakatan kedua yang bertanding.

2. Tujuan Permainan

Menurut Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 36), tujuan dari bermain bola voli yaitu sebagai berikut,

Berawal dari tujuan yang sifatnya rekreatif kemudian berkembang ke tujuan tujuan yang lain seperti mencapai prestasi yang tinggi, meningkatkan prestise diri atau bangsa dan negara, memelihara dan meningkatkan kesehatan kebugaran jasmani. Memanfaatkan waktu luang, bersosialisasi, bahkan saat ini ada sebagian pemain bola voli yang bertujuan untuk kepentingan ekonomi dan bisnis.

Maksud dari kutipan diatas ialah tujuan dari bermain bola voli ialah untuk meraih prestasi yang tinggi, dan dapat juga menjadi penghasilan tambahan atau penghasilan utama dalam bidang ekonomi. Tidak sedikit club-club voli di Indonesia mendatangkan para pemain asing untuk memperkuat timnya, tujuannya tiada lain untuk mendapatkan gelar juara dan keuntungan lainnya tentunya.

3. Macam-macam Teknik dalam Permainan Bola Voli

Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 45) mengatakan bahwa "teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal".

Maksud dari kutipan di atas bahwa teknik dalam permainan bola voli adalah suatu cara dalam memainkan bola dengan aturan-aturan yang telah ditetapkan untuk mencapai hasil yang optimal.

Macam-macam teknik dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut.

a. Servis

Pada awalnya servis merupakan pukulan pertama untuk memulai suatu permainan dalam bola voli, namun seiring dengan kemajuan permainan servis sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai atau skor agar suatu regu meraih kemenangan.

b. *Passing*

Passing merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh pemain voli, apabila *passing* dapat dilakukan dengan baik maka pola penyerangan dapat dilakukan dengan baik, dalam pembelajaran pun *passing* merupakan hal terpenting yang harus dilakukan karena seseorang tidak akan dapat melakukan smash tanpa adanya *passing*. *Passing* terbagi menjadi dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas dan yang akan dibahas dibawah ini merupakan *passing* bawah.

Menurut Subroto, Yudiana (2010, hlm. 46), "*passing* adalah cara memainkan bola pertama setelah bola berada dalam permainan akibat serangan lawan, servis lawan".



Gambar 2.1
Cara melakukan *passing* bawah
Anandita (2010, hlm. 26)

Sedangkan menurut F.P. Anandita (2010, hlm. 26) pengertian dari *passing* ialah.

Teknik *passing* terdiri dari *passing* bawah dan *passing* atas. Dalam *passing* bawah (pukulan/pengambilan tangan kebawah), pemain memperhatikan hal berikut.

- a) Sikap badan jongkok, lutut agak ditekuk.
- b) Tangan dirapatkan, satu dengan yang lain dirapatkan.
- c) Gerakan tangan disesuaikan dengan keras lemahnya kecepatan bola.

Jadi dapat disimpulkan *passing* adalah cara untuk memainkan bola pertama saat menerima servis dari lawan, ada dua macam *passing* yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

c. Umpan atau *Set up*

Umpan atau *set up* merupakan bola yang diberikan pada teman satu tim untuk melakukan pengerangan atau melakukan *smash* ke daerah lawan. Yang biasa melakukan umpan ini disebut toser. Toserlah yang berperan penting dalam permainan bola voli, apabila toser dapat membaca situasi dalam memberikan umpan maka itu akan mempermudah *smasher* untuk melakukan smash yang kuat dan mendapatkan point, tetapi jika toser tidak dapat memberikan bola dengan cermat maka smash pun akan terbendung oleh lawan.

d. *Smash*

Smash merupakan pukulan keras dan tajam yang dilakukan oleh seorang pemain yang bertujuan untuk mendapatkan point. *Smash* juga merupakan serangan yang mematikan apabila tidak terbendung oleh lawan, kemampuan *smash* ini harus dimiliki oleh pemain voli karena *smash* ini menentukan sebuah pertandingan. *Smash* harus dilakukan dengan sekuat tenaga dan dengan *timing* yang tepat apabila kedua faktor itu dapat dipenuhi maka *smash* pun dapat dilakukan dengan baik.

e. *Block*

Block merupakan pertahanan pertama yang dilakukan oleh pemain saat permainan berlangsung, karena dalam *block* ini bisa membendung *smash* keras yang dilakukan oleh pemain lawan.

C. *Passing* bawah

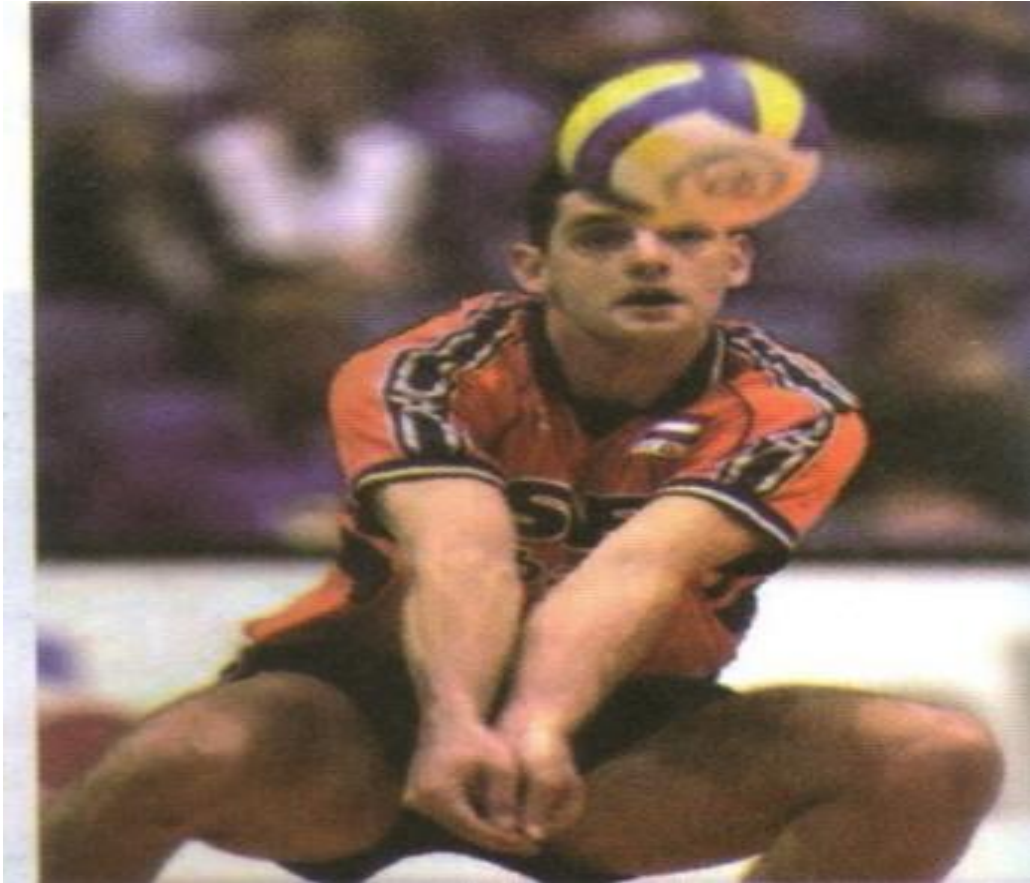
Passing bawah merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki seorang pemain voli, karena awal serangan dimulai dari *passing* bawah, jika *passing* bawah buruk maka pola penyerangan pun tidak akan berjalan dengan baik.

Menurut Setiadi (2011, hlm. 16) menyatakan bahwa, "*Passing* bawah adalah penerimaan bola dengan gaya menggali, bola diterima dan dikembalikan dengan cara dipantulkan menggunakan dua belah lengan.

Sedangkan Somantri dan Sujana (2009, hlm. 26) menyatakan "*Passing* bawah merupakan sikap seseorang pada saat menerima bola, kemampuan seseorang untuk melakukan *passing* sangat diperlukan, karena dengan melakukan teknik yang baik sebuah tim dapat menyerang lawan dengan baik.

Sejalan dengan itu Yudiana dan Subroto (2010, hlm. 51) menyatakan bahwa, *Passing* bawah adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu untuk menggunakan kedua pergelangan tangan yang dirapatkan. *Passing* ini biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun dari kawan seregu, yang memiliki ciri sulit, misalnya bola rendah, cepat, keras atau yang datang tiba-tiba, namun masih dapat dijangkau oleh kedua tangan. Kadang kala juga *passing* bawah digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti *passing* dan umpan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa *Passing* adalah tindakan memvoli bola dengan tujuan mengoper bola tersebut ke teman regunya untuk dimainkan lagi dalam regunya sendiri sampai tiga kali. Dengan demikian, *passing* pada umumnya adalah member bola pertama setelah menerima bola dari pihak lawan. *Passing* harus dilakukan dengan baik jika timnya ingin memperoleh kemenangan, karena *passing* merupakan titik awal sebuah penyerangan. Bila bola yang dipassingkan jelek, pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang terbaik bagi para penyerang. pembelajaran *passing* bawah dalam bola voli adalah keterampilan penerimaan dan operan bola yang paling mudah dan aman terutama untuk siswa sekolah dasar sebagai pemula dalam permainan bola voli. Sehingga menciptakan permainan yang menarik dan enak untuk ditonton. Dalam pembelajaran di sekolah dasar tentang gerak dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli di samping dapat meningkatkan kemampuan, juga merupakan penghasil unsur dan nilai positif seperti: unsur kerja sama, unsur keterampilan gerak, dan nilai kesehatan yang bermanfaat bagi perkembangan peserta didik tersebut.



Gambar 2.2
Melakukan *passing* bawah
Anandita (2010, hlm. 26)

Cara melakukan *passing* bawah:

1. Tahap pertama, persiapan : bersiap-siap dengan *stance* dasar kaki yang satu disepan kaki yang lain. Kedua lutut ditekuk sedikit, kedua lengan diluruskan kedepan tubuh. Kedua tangan disilangkan menjadi satu, siku diluruskan dan bola diterima dengan lengan bawah disekitar pergelangan tangan.
2. Tahap kedua, kontak dengan bola, pemain menerima bola dibagian dalam kedua lengan sebelah bawah, kemudian menggali sesuai dengan arah yang dituju.
3. Tahap ketiga gerakan diteruskan dengan *follow through*. Kemudian segera mengambil posisi berikutnya sebagai persiapan untuk memainkan bola kembali. Teknik ini selain digunakan untuk mengoperkan bola juga digunakan untuk menerima bola serta mengambil bola yang datangnya rendah.

Adapun kesalahan yang sering ditemukan dilapangan yang biasa terjadi dalam permainan bola voli siku tertekuk, perkenaan bola terlalu (lebih tinggi dari perkenaan normal). Bola akan terpantul vertikal atau justru kebelakang atas. Sudut datang arah bola terhadap lengan tidak lurus sehingga pantulan tidak sempurna. Gerakan ayunan terlalu kuat. Lengan tidak lurus dan tidak memegang kuat. Sehingga saat pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah pada siswa tidak sesuai dengan yang diharapkan.

D. Modifikasi

1. Pengertian Modifikasi

Modifikasi adalah cara guru untuk lebih memudahkan cara pembelajaran dikelas, guru dapat memodifikasi segala hal dalam pembelajaran, misal alat dan media yang dimodifikasi, memodifikasi suatu alat dalam pembelajaran akan memudahkan guru untuk mengajar, bukan hanya guru akan tetapi siswa juga akan lebih mudah saat mengikuti pembelajaran di kelas.

Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP. Oleh karena itu DAP termasuk didalamnya *body scaling* atau ukuran tubuh siswa, harus selalu dijadikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran penjas. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunkan dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. (Suherman dan Bahagia, 2000, hlm. 1).

Guru-guru pun dapat memodifikasi suatu pembelajaran dengan bebas akan tetapi harus dapat berinovasi dengan baik agar suatu proses pembelajaran tersebut bermakna dan membuat siswa berhasil dalam menghadapi pembelajaran dikelas.

Cara- cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajaran yang diberikan guru dari mulai awal hingga akhir pelajaran. Beberapa aspek analisa modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, dan evaluasi. (Suherman dan Bahagia, 2000, hlm. 5)

Berikut ini penjelasan dari beberapa aspek analisa modifikasi yaitu:

a. Tujuan

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan tujuan pembelajaran dari mulai tujuan yang paling rendah sampai dengan tujuan yang paling tinggi.

b. Karakteristik materi

Modifikasi materi pembelajaran dapat dikaitkan dengan keterampilan yang dipelajarinya.

c. Kondisi lingkungan

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajarannya. Misalnya peralatan yang akan digunakan, penataan ruang gerak dalam berlatih, jumlah siswa yang terlibat, dan organisasi atau formasi berlatih.

d. Evaluasi

Evaluasi materi maksudnya adalah penyusunan aktivitas belajar yang terfokus pada evaluasi *skill* yang sudah dipelajari siswa berbagai situasi. Aktivitas evaluasi dapat merubah fokus perhatian siswa dari bagaimana seharusnya suatu skill dilakukan menjadi bagaimana skill itu digunakan atau apa tujuan *skill* itu. Oleh karena itu, guru harus pandai-pandai menentukan modifikasi evaluasi yang sesuai dengan keperluannya. Modifikasi evaluasi, terutama yang lebih berorientasi pada hasil dapat meningkatkan penampilan siswa yang sudah memiliki skill dan percaya diri yang memadai. Untuk itu, bentuk modifikasi evaluasi harus betul-betul sinkron dengan tujuan dan aktivitas belajarnya.

Memodifikasi dalam pelajaran pendidikan jasmani membantu guru dan siswa dalam proses pembelajaran, guru lebih mudah menyampaikan materi, siswa pun dengan mudah mengerti materi-materi yang telah disampaikan guru.

Keuntungan dari pembelajaran permainan dan olahraga yang dimodifikasi, karena banyak kritikan dengan pembelajaran yang formal, maka pembelajaran permainan dan olahraga harus dikembangkan dan dimodifikasi sesuai dengan prinsip *developmentally Appropriate Practice* (DAP). Beberapa keuntungan yang akan diperoleh melalui pemberian permainan dan olahraga secara DAP ini diungkapkan dalam istilah *physically educated person* (seseorang yang terdidik fisiknya). (Suherman dan Bahagia, 2000, hlm. 15)

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa memodifikasi suatu permainan dan olahraga bisa membuat siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran karena modifikasi permainan dan olahraga lebih memudahkan siswa untuk mengembangkan kemampuannya. Apalagi jika mengajar siswa sekolah dasar yang siswanya berusia dua belas tahun kebawah, pasti kita akan kesulitan apabila kita tidak memodifikasi suatu pembelajaran, kita akan kesulitan menyampaikan

materi-materi yang berhubungan dengan permainan dan olahraga. Untuk itu para guru hendaknya memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan tentang strategi dan struktur permainan yang sangat berguna untuk meningkatkan optimalisasi belajar siswa.

2. Modifikasi bola dalam gerak dasar passing bawah bola voli.
 - a. Siklus I menggunakan bola modifikasi menggunakan bola plastik, alasan menggunakan bola plastik ialah lebih memudahkan siswa untuk melakukan *passing* bawah. Bola plastik memiliki massa yang ringan sehingga siswa pun tidak takut untuk melakukan *passing* bawah, dengan ukuran bola yang hampir sama dengan bola voli bola plastik ini diharapkan dapat membantu siswa dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli.
 - b. Siklus II menggunakan bola modifikasi menggunakan bola karet, alasan menggunakan bola karet ini ialah untuk memperbaiki kekurangan yang terdapat pada siklus I yang telah dilaksanakan. Sehingga kekurangan yang terdapat pada siklus I, dapat diperbaiki pada siklus II dengan cara memberikan bola karet pada siswa sebagai ganti bola plastik, bola karet memiliki massa yang lebih berat daripada bola plastik, sehingga ada tahapan peningkatan siswa untuk melakukan latihan *passing* bawah menggunakan bola modifikasi, bola karet ini sangat mirip dengan bola voli sesungguhnya, yang membedakan hanya massanya saja. Bola karet ini diharapkan dapat membantu siswa dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli.
 - c. Siklus III menggunakan bola modifikasi sendiri yang terbuat dari kertas koran dilapisin lakban, alasan memakai bola ini ialah bola ini memiliki berat yang cukup berat daripada bola karet sehingga bola ini mendekati berat dari bola voli yang sebenarnya. Dalam siklus III ini untuk memperbaiki permasalahan yang muncul dan ditemukan pada perbaikan pembelajaran siklus II yang menggunakan bola karet, dengan maksud agar permasalahan yang ditemukan pada perbaikan pembelajaran siklus II dapat diperbaiki menjadi lebih baik lagi. Sehingga semua permasalahan yang timbul pada proses pembelajaran dapat diperbaiki sampai dengan pencapaian hasil yang sesuai target. Siklus III menggunakan bola voli sesungguhnya karena pada siklus I dan siklus II siswa

telah melakukan pembelajaran menggunakan bola modifikasi, dalam siklus III ini diharapkan siswa dapat melakukan *passing* bawah dengan baik.

E. Penelitian yang Relevan

Beberapa hasil penelitian dan karya tulis yang relevan sebagai acuan untuk melakukan penelitian tindakan kelas, diuraikan sebagai berikut.

1. Usman Sudjana (2011). Skripsi ini berjudul “Meningkatkan pembelajaran *passing* bawah dalam permainan bola voli melalui lambung pantul bola pada siswa kelas IV SDN Cintaasih II Kec. Cileunyi Kab. Bandung”. Berdasarkan temuan dilapangan bahwa kemampuan siswa menguasai keterampilan *passing* bawah bola voli di kelas IV SDN Cintaasih II Kecamatan Cileunyi Kabupaten Bandung belum mencapai tingkat yang diharapkan. Penelitian dimulai dengan pemberian tes awal untuk mendapatkan gambaran awal yang dimiliki siswa. Penelitian ini dilakukan dalam tiga siklus, yang setiap siklusnya terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Dari tiga siklus yang dilakukan menunjukkan bahwa persentase jumlah siswa yang lulus sebanyak 8 orang atau 26%, pada siklus I meningkat menjadi 14 orang atau 45% pada siklus II meningkat menjadi 21 orang atau 68% pada siklus III meningkat mencapai 31 orang atau 100%.
2. Sahrul Arifin (2014) yang berjudul “Meningkatkan Pembelajaran Gerak Dasar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli melalui Permainan Memantulkan Bola ke Dinding pada Siswa Kelas V Pasiripis”. Penelitian Tindakan Kelas ini dilatarbelakangi oleh pengalaman peneliti dalam mengajar permainan bola voli khususnya *passing* bawah, dimana siswa SD dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar *passing* bawah bola voli kurang antusias dan menimbulkan kejenuhan dalam melaksanakannya. Hasil observasi awal diketahui 24 siswa, hanya 10 siswa (41,7%) yang sudah mampu melakukan gerak dasar *passing* bawah dengan baik dan sebanyak 14 siswa (67%) belum mampu melakukan gerak dasar *passing* bawah dengan baik. Tahap perencanaan siklus I mencapai 53,75%, siklus II mencapai 80,41% dan pada siklus III mencapai 94,25% dan telah mencapai target yang diinginkan yaitu

90%. Tahap pelaksanaan pembelajaran mengalami peningkatan mulai dari siklus I mencapai 63,75%, siklus II mencapai 76,25%, siklus III mencapai 98,33% dan telah mencapai target yang telah ditentukan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa permainan memantulkan bola ke dinding dapat meningkatkan gerak dasar *passing* bawah permainan bola voli pada siswa kelas V SDN Pasiripis.

3. Muhamad Fajar Fadilah (2013) “Peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli kelas V SDN Sukamanah Kecamatan Cisalak Kabupaten Subang dengan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi ketinggian net”. Pada data awal, siswa mampu melakukan *passing* bawah baru mencapai 25% atau 10 siswa dari 40 siswa, pada siklus I siswa yang tuntas sebanyak 45% atau 18 siswa dari 40 siswa, sedangkan pada siklus II siswa yang mampu melakukan *passing* bawah adalah 70% atau 28 siswa dari 40 siswa dan yang terakhir pada siklus III siswa yang mampu melakukan *passing* bawah adalah 95% atau 38 siswa dari 40 siswa. Dengan demikian terbukti dari hasil penelitian didapat bahwa pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi ketinggian net dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli.

F. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan rumusan dan pemecahan masalah tersebut, maka ditentukan hipotesis tindakan sebagai berikut: “Jika pembelajaran *passing* bawah bola voli dilakukan dengan menggunakan bola yang dimodifikasi maka keterampilan gerak siswa akan meningkat”.