

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritis

1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu dalam pengembangan psikomotor, afektif, dan kognitif siswa dimana psikomotor merupakan aspek yang mengawali kedua aspek berikutnya. Melalui Pendidikan Jasmani siswa dapat mengembangkan berbagai aspek gerak seperti keterampilan, kebugaran, gerak dasar, dan lain-lain.

Menurut Ateng (1992, hlm. 4) mengatakan bahwa "Pendidikan Jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan".

Melalui Pendidikan Jasmani siswa diharapkan dapat berkembang melalui pembelajaran yang lebih kreatif, inovatif, dan menyenangkan. Karena pada dasarnya anak yang berusia SD masih senang bergerak sehingga jangan heran jika pada masa-masa SD banyak anak yang memiliki tubuh yang kecil bukan hanya karena faktor asupan nutrisi namun bisa pula terjadi karena gerak anak yang berlebihan sehingga nutrisi yang harusnya menjadi faktor perkembangan habis karena dibutuhkan untuk keperluan energi.

Dengan fokus utama pada aspek psikomotor maka ada aspek yang lebih penting yang merupakan manfaat dari gerak yang dilakukan oleh siswa yaitu mengembangkan kebugaran jasmani yang merupakan salah satu upaya dalam pencegahan tubuh dari berbagai virus dan penyakit sehingga siswa akan jarang terserang gangguan tubuh yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari siswa

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam diri dan kualitas individu. Baik secara fisik, mental ataupun emosional. Pendapat tentang Pendidikan Jasmani muncul dari para ahli, beberapa di antaranya adalah menurut Mulyanto (2014, hlm. 25) berpendapat bahwa "secara sederhana pendidikan jasmani itu tidak lain adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak". Kemudian Menurut Rosdiani (2013,

hlm. 137) berpendapat “Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”. Menurut Suherman (2000, hlm 22) “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani”.

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pembelajaran untuk meningkatkan anak dalam memahami materi ajar pengetahuan (kognitif), kemudian sikap (afektif) dan keterampilan gerak (psikomotor). Hal ini sejalan dengan pendapat Syarifudin dalam Suherman (2011, hlm. 46) bahwa :

pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan, dan pembentukan watak serta nilai sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Lalu menurut Husdarta (2009, hlm. 18) mengatakan “*Penjas (Penjas)* adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang melibatkan aktivitas jasmani yang meliputi psikomotor, kognitif, dan afektif yang mempunyai tujuan sama dengan pembelajaran yang lainnya.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan Pendidikan Jasmani mempunyai tujuan yang sama dengan pendidikan yang lainnya, Pendidikan Jasmani mempunyai tiga ranah yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Tujuan Pendidikan Jasmani untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir, keterampilan sosial, emosional diri, cara bernalar dan yang lainnya. Secara sederhana, Pendidikan Jasmani menurut Rosdiani (2013, hlm. 144) memberikan kesempatan kepada siswa untuk :

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.

- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara afektif dalam hubungan antar orang.
- 6) Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani termasuk permainan olahraga.

Dalam hal ini, diharapkan terjadi perubahan pada anak dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar atau dalam kehidupan sehari-harinya pada siswa. Pertama perubahan sikap (afektif) anak yang tadinya tidak disiplin kemudian menjadi disiplin, lalu berani bertanya jawab, kemudian gotong royong, bertanggung jawab, dan yang lainnya. Pendidikan Jasmani menjadikan siswa untuk dapat berlatih bersosialisasi dan tahu akan etika kepribadian.

Kemudian pengetahuan (kognitif) siswa paham dan tahu akan materi yang diajarkan dalam kegiatan belajar mengajar, lalu dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Lalu dalam aspek gerak (psikomotor) untuk mengembangkan kemampuan gerak secara menyeluruh. Dengan belajar pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat mempunyai keterampilan gerak suatu cabang olahraga, yang nantinya akan berguna bagi dirinya kelak.

Terlepas dari tiga aspek di atas, peran guru sangat sentral dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar. Seorang guru merupakan cermin bagi siswanya untuk bertumbuh, berkembang, dan guru mempunyai wawasan yang sangat luas. Menurut Depdiknas dalam Suherman (2011, hlm. 50). Tujuan Pendidikan Jasmani secara khusus untuk siswa Sekolah Dasar sebagai berikut :

- 1) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai Pendidikan Jasmani.
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar Pendidikan Jasmani.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
- 5) Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga.

- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Dari semua tujuan Pendidikan Jasmani di atas, merupakan pedoman guru untuk mencapai tugasnya. Tujuan tersebut harus bisa dicapai melalui kegiatan pembelajaran yang direncanakan secara matang, dengan berpedoman pada ilmu mendidik.

c. Hakikat Pendidikan Jasmani

Hakikat Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pendidikan tentang proses bagaimana pembelajaran Pendidikan Jasmani dilakukan. Menurut Rosdiani (2013, hlm. 172) berpendapat bahwa "Pendidikan Jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional".

Jadi, Hakikat Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang pada dasarnya mempelajari suatu kebenaran yang ada khususnya dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

d. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Ruang lingkup dari penjas sendiri yaitu bisa meliputi permainan, olahraga dan, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan kesehatan. Menurut Depdiknas (2006, hlm. 175) ruang lingkup penjas mencakup tentang:

- 1) Permainan dan olahraga yang meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulative, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan bela diri serta aktivitas lainnya.
- 2) Aktivitas pengembangan pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- 3) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.

- 4) Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik, serta aktivitas lainnya.
- 5) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan gerak di air, dan renang, serta aktivitas gerak lainnya.
- 6) Pendidikan luar kelas meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.
- 7) 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.

Tahap perkembangan keterampilan anak merupakan gerak inti dari program Pendidikan Jasmani disekolah dasar, yang diartikan sebagai perkembangan dan penghalusan aneka keterampilan gerak dasar yang berkaitan dengan olahraga

2. Permainan Bola Voli

Permainan bola voli berkembang dan menjadi olahraga yang banyak digemari dan populer dikalangan masyarakat kota atau desa mulai dari anak-anak, remaja, samapai orang tua, laki-laki maupun perempuan. Saat ini permainan bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua setelah sepak bola. Menurut Yoenoes (2009, hlm. 1) berpendapat ‘Permainan bola voli sudah berkembang menjadi cabang olahraga yang sangat digemari dan menurut para ahli saat ini bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari di dunia’.

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga yang dilakukan dengan memvoli bola diudara hilir di atas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lapang lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain. Memvoli dan memantulkan bola ke udara dapat mempergunakan bagian tubuh mana saja asalkan sentuhan atau pantulannya harus sempurna. Permainan bola voli merupakan permainan beregu bola besar yang memerlukan keterampilan dan kerja sama yang baik. Permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan di udara secara efisien dan efektif dipindahkan kedaerah lawan melalui suatu hasil yang optimal. Pengertian ini sejalan dengan pendapat Yunus (1992, hlm. 1) ‘Pada awalnya ide dasar permainan bola voli itu adalah

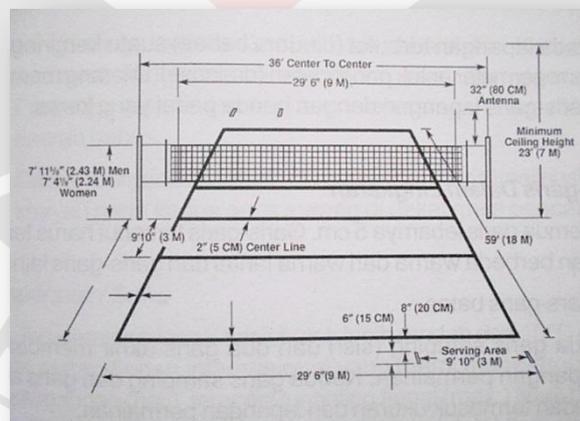
memasukan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola itu di daerah lawan".Kemudian Teknik dasar permainan bola voli antara lain :*passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *spike* servis, dan bloking.Servis juga macam-macam ada servis bawah, servis atas, kemudian servis sambil melompat di udara.

b. Komponen-komponen Permainan Bola Voli

1) Lapangan Bola Voli

Dalam permainan bola voli, ukuran lapangan permainan bola voli dilakukan pada sebuah lapangan persegi panjang. Ukuran luas lapangan bola voli menurut Yoenoos (2009, hlm. 20-21) mengatakan ukuran lapangan bola voli sebagai berikut :

- a) Lapangan permainan berbentuk persegi panjang 18 x 9 m, dikelilingi oleh daerah bebas minimal 3 m dan dengan ruang bebas dari suatu penghalang sampai ketinggian minimal 7 m dari permukaan lapangan permainan.
- b) Untuk pertandingan-pertandingan internasional yang resmi daerah bebas tersebut minimal 5 m. dari garis samping serta 8 m. dari garis belakang. Ruang bebas itu harus berukuran tinggi 12,50 m. dari permukaan lapangan permainan.



Gambar 2.1
Lapangan Bola Voli (Yoenoos, 2009, hlm. 21)

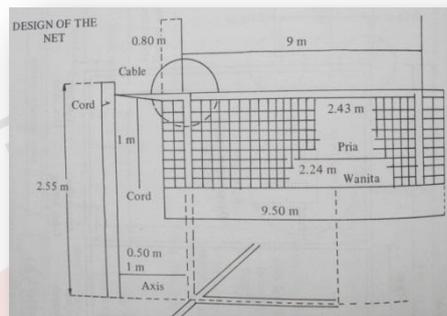
2) Net dan Tiang-tiang Net

Didalam lapangan bola voli terdapat jaring-jaring atau net yang memisahkan daerah antar lawan. Menurut Yoenoos (2009, hlm. 23) berpendapat bahwa :

Lebar net dalah 1 m dan panjangnya 9,50 m. terletak vertical di atas poros dan garis tengah. Lubang-lubang berbentuk persegi berwarna hitam berupa mata jala berukuran 10 m. tiap lubang. Pada atas net tersebut terdapat pita

putih yang horizontal, lebarnya 5 cm. dibuat lipat dua dan bentuknya memanjang sepanjang net. Di dalam kanvas terdapat kabel yang lentur untuk menegangkan net pada tiang- tiang yang menariknya agar tetap pada ketegangannya.pada bagian bawah net (tidak sejajar dengan pita) terdapat tali untuk menegangkan dan menarik net supaya kencang.

Tinggi net pada permainan bola voli untuk laki-laki dan perempuan berbeda untuk ukuran laki-laki adalah 2,43 m dan untuk perempuan 2,24 m. Lihat gambar 2.2.

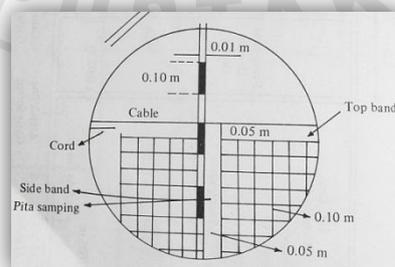


Gambar 2.2
Net dan Tiang (Yunus, 1992, hlm. 46)

3) Antena Net

Di atas samping net terdapat antena atau *rod tongkat lentur* yang menonjol ke atas untuk panjangnya mencapai 1,80 m dan garis tengahnya 10 mm. Menurut Rudiana dan Subroto (2010, hlm. 147) berpendapat bahwa :

- Sebuah antenna adalah tongkat yang lentur, sepanjang 1,80 m dan bergaris tengah 100 mm terbuat dari *fiberglass* atau bahan sejenis.
- Dipasang pada bagian luar dari setiap pita samping.
- Di dalam kanvas terdapat kabel yang lentur untuk mengencangkan net ke tiang-tiang dan menjaga ketegangannya. Pada bagian bawah net terdapat pita horizontal selebar 5 cm, mirip dengan pita bagian atas yang juga dilalui tali. Tali itu untuk mengencangkan net ke tiang-tiang dan menjaga bagian abawah net tetap tegang.

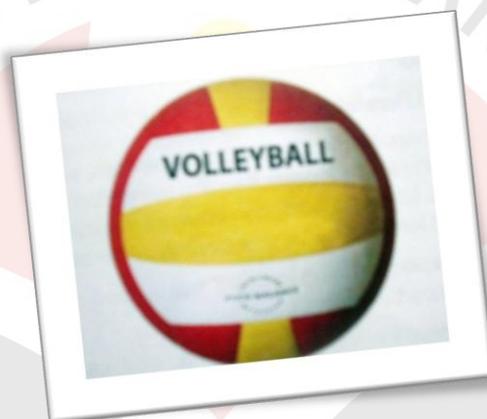


Gambar 2.3
Antena Net (Yunus, 1992, hlm. 46)

4) Bola

Bola terbuat dari bahan yang lentur, dan berbentuk bulat. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Yoenoos (2009, hlm. 25) bahwa “Bola harus terbuat dari bahan lunak (lentur), bentuknya bulat dengan di dalamnya terbuat dari bahan karet atau sejenisnya. Warna : satu warna yang terang, keliling : 65 sampai 67 cm. Berat : 260 sampai 280 gram, Tekanan udara : 0,40 sampai 0,45 kg/cm²”.

Pendapat tersebut juga sejalan dalam Somantri dan Sujana (2009, hlm. 8)“ Bola standar yang digunakan dalam permainan bola voli adalah : 1) bola tersebut memiliki keliling lingkaran 65 hingga 67 cm, dengan massa 260 hingga 280 gram. 2) Tekanan dalam dari bola tersebut hendaknya sekitar 0.30 hingga 0.325 kg/cm² (4.26-4.61 psi, 294.3-318.82 mbar atau hPa)”.



Gambar 2.4
Bola Voli(Yoenoos, 2009, hlm. 25)

5) **Kostum**

Dalam permainan bola voli beberapa perlengkapan ada yang harus digunakan dan ada juga barang-barang yang tidak diperkenankan untuk dipakai agar tidak membahayakan diri sendiri atau orang lain. Dalam permainan bola voli segi pakaian sangat diperhatikan untuk menyeragamkan dan kekompakan dalam suatu tim. Perlengkapan pemain terdiri kaos tim, celana pendek, dan sepatu olahraga. Hal ini sejalan apa yang dikemukakan oleh Yoenoos (2009, hlm. 27) menerangkan bahwa

- a) Perlengkapan pemain terdiri dari baju kaos, celana pendek dan sepatu olahraga.
- b) Baju kaos dan celana pendek harus seragam, bersih dan berwarna sama.
- c) Sepatu harus ringan dan dapat dilihat terbuat dari karet atau sol kulit tanpa tumit (hak).
- d) Baju kaos pemain harus bernomor dari 1 sampai 15 (lebih baik nomor 1 sampai 12)



Gambar 2.5
Kostum Bola Voli(Yoenoes, 2009, hlm. 27)

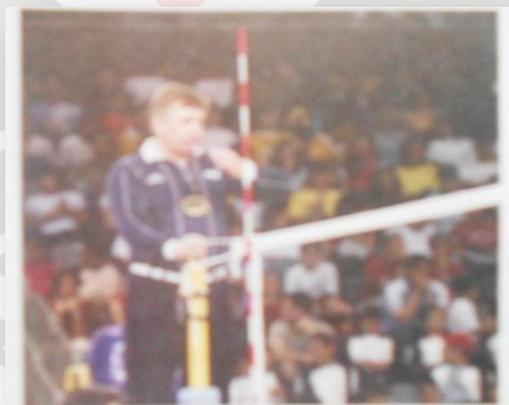
6) Wasit dan Asisten Wasit

Wasit adalah seorang yang memimpin atau mengatur jalannya suatu pertandingan dalam olahraga. Dalam permainan bola voli yang memimpin atau mengatur jalannya pertandingan ada dua wasit yaitu wasit I dan wasit II. Kekuasaan wasit I menurut Yunus (1992, hlm. 39) adalah

- a) Wasit pertama memimpin pertandingan dari awal sampai akhir. iadia mempunyai kekuasaan pada seluruh petugas dan seluruh anggota kedua regu tersebut. selama memimpin pertandingan keputusannya adalah mutlak. ia mempunyai hak untuk membatalkan keputusan dari petugas lainnya, jika menurut pendapatnya bahwa mereka salah. Ia dapat pula menggantikan salah seorang petugas seandainya tidak melaksanakan tugas dengan baik.
- b) Ia/dia juga mengawasi tugas dari penjaga bola (ball Pickers).
- c) Ia/dia mempunyai hak memutuskan sesuatu untuk kelancaran permainan termasuk peraturan yang tidak tercantum.
- d) Ia/dia tidak menanggapi setiap pertanyaan tentang keputusannya. Tetapi atas permintaan playing kapten ia dapat memberikan penafsiran peraturan permainan dengan dasar yang dapat diterima
Jika tidak dapat mengenai keterangan tersebut, untuk mencari kebenaran itu dapat dilakukan dengan mengajukan protes pada akhir pertandingan tentang masalah tersebut, wasit I, harus mengizinkannya (per 6.2.2.3.,6.2.3.).
- e) Ia berhak menentukan sebelum dan selama pertandingan tentang baik tidaknya permukaan lapangan permainan dan segala peralatan (permukaan).

Kemudian wasit II juga mempunyai kekuasaan dalam memimpin jalannya pertandingan, masih menurut Yunus (1992, hlm. 40) berpendapat :

- a) Wasit II adalah pembantu wasit I tetapi ia juga mempunyai hak untuk memutuskan (per. 27.3.)
Apabila wasit I tidak mampu menjalankan tugasnya yang rutin, ia dapat digantikan oleh wasit II.
- b) Ia dapat dengan tanpa meniup peluit membuat isyarat kesalahan di luar haknya tetapi tidak memaksakan wasit I.
- c) Ia mengawasi tugas/pekerjaan dari pencatat.
- d) Ia mengawasi anggota kedua yang duduk di bangku cadangan dan melaporkan salah sikap/tindakan mereka kepada wasit I
- e) Ia mengawasi pemain yang mengadakan pemanasan di daerah pemanasan (per. 6.5.4)
- f) Ia berhak meniup pluit untuk penghentian, mengecek lamanya waktu untuk permintaan tersebut, dan menolak permintaan yang tidak sesuai
- g) Ia mengawasi jumlah time-out dan pergantian yang diajukan oleh kedua regu dan memberitahukannya bahwa telah 2x time-out dan 5 (6)x pergantian pemain kepada wasit I dan coach.
- h) Dalam keadaan seorang mendapatkan kecelakaan, ia mempunyai hak untuk mengadakan pergantian atau menunggu sampai waktu penyembuhan (3 menit) – per.11.2., 22.1.2.
- i) Ia/dia juga mengecek keadaan lantai, terutama dalam daerah depan (serang). Ia/dia juga mengecek selama pertandingan berlangsung, bahwa bola tetap sesuai dengan ketentuan peraturan.



Gambar 2.6
Wasit Permainan Bola Voli(Yoenoes, 2009, hlm. 63)

7) Peraturan Permainan

Dalam permainan bola voli, untuk dapat memenangkan set permainan digunakan system *Rally Poin*, dimana system ini ketika bola keadaan mati dalam tim ketika dimainkan maka satu tim lawan mendapatkan satu poin begitu seterusnya. Menurut Yoenoes (2009, hlm. 33) mengatakan “apaila satu regu gagal

melakukan servis atau dapat mengembalikan bola, atau terjadi satu kesalahan, regu lawan memenangkan rally tersebut”. Dalam permainan bola voli kemenangan didapat 3 set kemenangan.

c. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

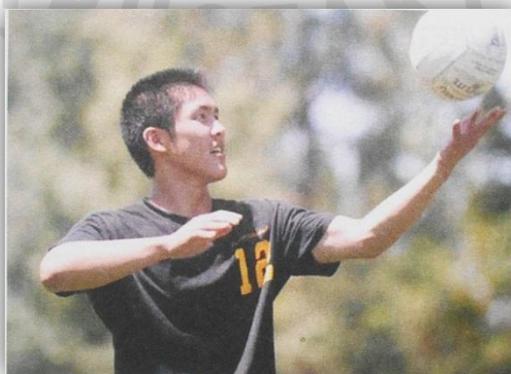
1) Servis

Servis merupakan untuk mengawali suatu pertandingan bola voli bahwa telah dimulainya permainan dilapangan yang akan bermain. Menurut Somantri dan Sujana, (2009, hlm. 23) menjelaskan pengertian dari servis sebagai berikut.

dalam sebuah permainan bola voli, service merupakan hal yang sangat penting dilakukan oleh seorang pemain atau atlet. Servis dilakukan untuk mengawali suatu pertandingan voli. Service merupakan modal dasar bagi sebuah tim untuk dapat memperoleh nilai atau poin. Pada dasarnya service dalam permainan bola voli terdiri dari dua macam, yaitu service atas dan service bawah.

Sejalan dengan paparan diatas tentang pengertian servis pendapat lain dari Yoenoes (2009, hlm. 47) mengatakan “servis adalah suatu upaya memasukkann bola ke daerah lawan oleh pemain kanan belakang yang berada di daerah servis untuk memukul bola dengan satu tangan atau lengan”.

Kemudian pendapat dari Sarumpaet dkk.(1992, hlm. 95) mengatakan “pukulan servis adalah pukulan pertama yang mengawali rentetan bolak-baliknya bola dalam permainan”. Jadi, servis adalah suatu tehnik permainan bola voli untuk mengawali suatu pertandingan bola voli disuatu permainan dengan bola dilambungkan menggunakan tangan mengarah ke daerah lawan untuk memenangkan poin.



Gambar 2.7
Servis Permainan Bola Voli(Yoenoes, 2009, hlm. 48)

a) Servis Bawah

Menurut Anandita (2010, hlm. 25) menerangkan “*Service Bawah*, yakni *service* dengan awalan bola berada di tangan yang tidak memukul bola. Tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah”. Servis Bawah adalah melakukan servis atau memukul bola dari bawah, yaitu pada ketinggian sekitar area pinggang pemain. *Underhand serve* ini merupakan salah satu teknik servis yang termudah, dan juga sebagai salah satu servis yang sangat mudah diterima oleh tim lawan.

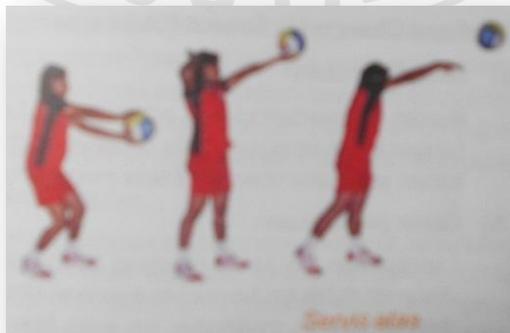


Gambar 2.8

Servis Bawah Permainan Bola Voli (Yoenoes, 2009, hlm. 81)

b) Servis Atas

“*Service atas* merupakan *service* yang dilakukan oleh permainan bola voli dengan cara memukul bola dengan ayunan tangan dari atas”. Somantri dan Sujana, 2009, hlm. 24). Lalu Anandita (2010, hlm. 35) mengatakan “*Service atas*, yakni *service* dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya. Kemudian, *server* melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas. Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa servis atas adalah cara melakukan servis dengan melambungkan bola di atas kepala lalu dipukul dengan tangan sebelum terjatuh agar bola melewati net dan masuk di daerah permainan lawan.



Gambar 2.9

Servis Atas Permainan Bola Voli (Yoenoes, 2009, hlm. 83)

c) Servis Mengapung/Melompat (*Jump Service*)

Beberapa ahli berpendapat tentang servis mengapung atau *Jump Service*, beberapa ahli berpendapat yaitu Anandita (2010, hlm. 25-26) mengatakan bahwa:

Service Mengapung, yakni *service* atas dengan awalan dan cara memukul yang hampir sama. Awalan *service* mengapung adalah melemparkan bola ke atas. Akan tetapi tidak terlalu tinggi (tidak terlalu tinggi dari kepala). Tangan yang akan memukul bola bersiap di dekat bola dengan ayunan yang sangat pendek.

Sejalan dengan pendapat tersebut ada ahli lain yang berpendapat tentang pengertian servis mengapung atau *Jump Service*, menurut Somantri dan Sujana (2009, hlm. 24) mengatakan bahwa “service mengapung atau jump service adalah service dengan awalan dan cara memukul yang hampir sama, tetapi dilakukan dengan cara melompat atau mengapung. Service melambung dilakukan dengan cara melemparkan bola ke atas, dan orang yang akan melakukan service melakukan lompatan”.



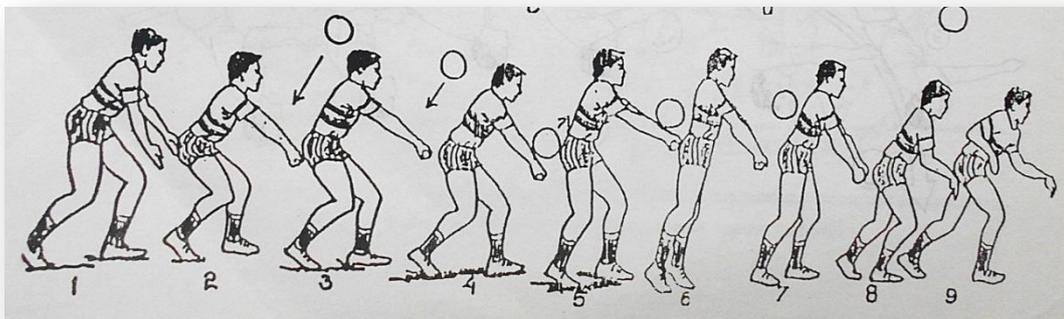
Gambar 2.10
Servis Melompat Permainan Bola Voli (Yoenoës, 2009, hlm. 86)

2) *Passing*

Passing merupakan salah satu teknik permainan ketika menerima bola hasil dari servis lawan yang melewati net. Pengertian pas/pasing menurut para ahli yaitu Yudianta dan Subroto (2010, hlm. 47), mengatakan bahwa “pas adalah cara memainkan bola pertama setelah bola berada dalam permainan akibat dari serangan lawan, servis lawan, atau permainan net (*cover*, *spike*, dan *cover block*). Arah bola ditujukan kepada pengumpan atau langsung kepada *spiker*”. Kemudian pendapat lain yang sepaham tentang *passing* menurut Yoenoës (2009, hlm. 86) mengemukakan “Passing adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam

satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan”.

Jadi, dapat disimpulkan *Passing* adalah teknik atau cara mengoper bola dalam permainan bola untuk membangun serangan.



Gambar 2.11
***Passing* (Yunus, 1992, hlm. 83)**

a) **Pasing Bawah**

Menurut Yudiana dan Subroto(2010, hlm. 51) mengatakan bahwa “pasing bawah dua tangan adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu dengan menggunakan kedua pergelangan tangan yang dirapatkan”. Kemudian pendapat lain menurut Simon dan Saputra (2007, hlm. 136) mengatakan “pasing bawah adalah kemampuan melakukan operan bola yang berada di bawah kedua tangannya”.Jadi pasing bawah adalah tehnik bola voli untuk menerima bola dengan kontrol tangan diluruskan ke depan dan berada dibawah bola voli.



Gambar 2.12
Pasing Bawah Permainan Bola Voli(Yoenoes, 2009, hlm. 88)

b) Pasing Atas

Menurut Somantri dan Sujana (2009, hlm. 27) berpendapat bahwa “pasing atas merupakan passing yang dilakukan oleh seseorang pemain untuk mengoper atau mengumpan bola kepada temannya”. Jadi passing atas adalah teknik bola voli untuk menerima bola dengan kontrol telapak tangan menghadap ke atas lalu lengan diluruskan ke atas dan posisinya berada dibawah bola voli ketika akan melakukan passing.



Gambar 2.13
Pasing Atas Permainan Bola Voli (Anandita, 2010, hlm. 27)

3) *Smash (Spike)*

Dalam permainan bola sungguh tidak asing lagi bila mendengar kata *smash*, ya kata itu adalah suatu teknik dalam permainan bola voli yang bertujuan untuk memukul bola ke daerah lawan dengan menukik untuk bertujuan mendapatkan poin. Menurut Anandita (2010, hlm. 28) mengatakan bahwa

Smash adalah, pukulan yang kuat. Tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas sehingga jalannya bola terjadi dengan kecepatan yang tinggi. Apabila pukulan bola lebih tinggi berada di atas net, bola dapat dipukul tajam ke bawah. *Smash* juga adalah pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau dikembalikan.

Sejalan dengan pengertian di atas, ada pendapat lain yang mengemukakan tentang pengertian *smash*, menurut Yudiana dan Subroto berpendapat “*spike* merupakan salah satu teknik serangan yang paling efektif selama permainan. Bola dipukul di atas depan dekat net yang mengakibatkan bola jatuh menukik tajam ke bidang lapangan lawan, sehingga lawan sulit mengembalikannya, bahkan sering langsung mematikan”. Jadi *smash* adalah salah satu cara untuk memenangkan

poin dengan cara memukul bola yang diumpam lalu memukulnya ke daerah lawan dengan keras dan menukik.



Gambar 2.14
Smash(Anandita, 2010, hlm. 27)

4) Membendung (*Blocking*)

“Membendung (*Blocking*) adalah aksi/upaya dari permainan dekat dengan net untuk menutupi arah datangnya bola dari daerah lawan dengan ketinggian jangkauan dari pada ketinggian net”. Yoenoes (2009, hlm. 52). Pendapat lain yang sejalan dengan pengertian membendung menurut Somantri dan Sujana (2009, hlm. 34) mengatakan “Block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menahan serangan lawan”.

Sarumpaet dkk. (1992, hlm. 102) mengatakan “blocking adalah cara bertahan yang sangat ampuh terhadap smash (hard spike). Blocking dilakukan dengan loncatan setinggi mungkin dekat jarring dalam usaha menahan atau membendung bola yang dismash oleh pihak lawan/penyerang”.

Jadi dapat disimpulkan membendung adalah cara untuk menghadang serangan smash yang akan datang ke daerah pertahanan.



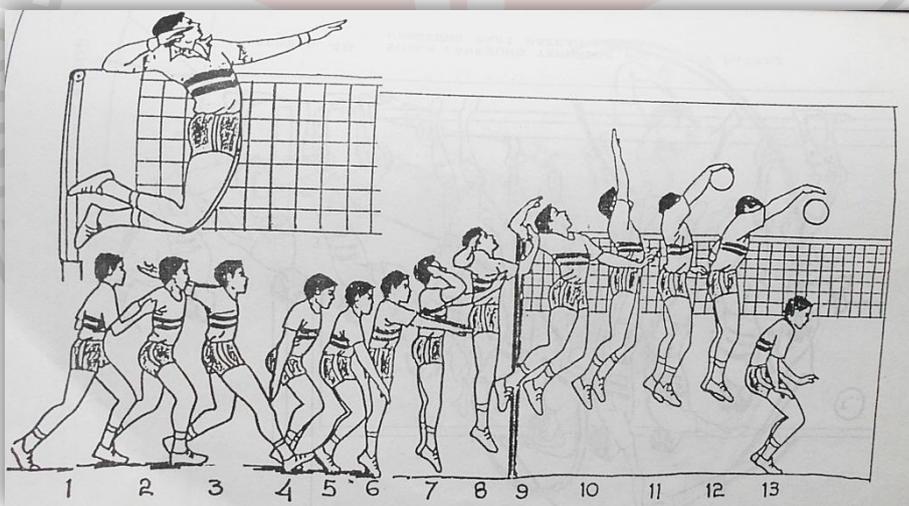
Gambar 2.15
Bendungan (*Block*)(Yoenoes, 2009, hlm. 104)

d. Komponen Tim Permainan Bola Voli

Di dalam sebuah tim tentu ada komponen yang dimana untuk mendukung tim tersebut agar bisa bekerja sama dengan baik di dalam maupun di luar lapangan. Komponen tim tersebut terdiri dari, *spiker*, *tosser*, *blocker*, *libero*, dan tentunya *official* atau pelatih yang selalu memberikan masukan-masukan dan pengarahan terhadap tim agar bisa menjadikan tim yang solid dan hebat.

1) Pemukul (*Spiker*)

Pemukul atau *spiker* adalah orang yang melakukan pukulan terhadap bola. *Spiker* merupakan orang yang memiliki pukulan bisa dikatakan tajam dan menukik, karena untuk memenangkan poin bola yang dilewatkan di atas net ke daerah lawan rata-rata dilakukannya dengan pukulan *smash* oleh *spiker*. Menurut Anandita (2010, hlm.29) mengatakan “*spiker* yang baik adalah pemain yang memiliki variasi pukulan yang beragam dan mampu mengolah bola sehingga menghasilkan poin untuk timnya meskipun saat menghadapi situasi atau yang kondisi sulit sekalipun”.



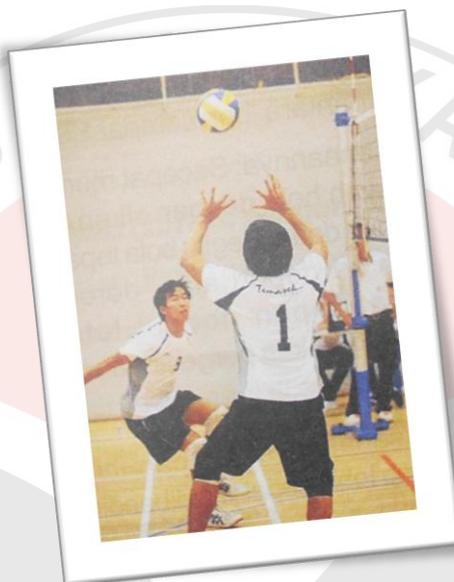
Gambar 2.16
Pemukul (*Spiker*)(Yunus, 1992, hlm. 113)

2) Pengumpan (*Set Up/Setter/Tosser*)

“*Tosser* atau pengumpan adalah orang yang bertugas untuk mengumpankan bola kepada rekan-rekannya dan mengatur jalannya pertandingan”. Anandita (2010, hlm 24). Pendapat lain yang datang dari Yoenoes (2009, hlm. 92) tentang pengumpan/*set up* dia mengatakan “umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat

disarangkan ke daerah lawan dalam bentuk *smash*". Kemudian pendapat yang sama dikatakan oleh Somantri dan Sujana (2010, hlm. 47) tentang *set up* atau umpan, mereka mengemukakan "umpan adalah cara memainkan bola baik yang datang langsung dari lawn maupun yang datang dari teman sereru untuk diberika kepada *spiker* agar dapat dilakukan *spike* atau *smesh* ke bidang lapangan lawan".

Jadi dapat disimpulkan pengumpan adalah orang yang mengirimkan umpan kepada rekan setim yang diteruskan oleh pemukul untuk dilakukan serangan *smash*.



Gambar 2.17
Pengumpan (*Set Up/Setter/Tosser*)(Yoenoos, 2009, hlm. 93)

3) Libero

"Pengguaan libero yang berfungsi sebagai pemain bertahan memiliki tujuan utama untuk meningkatkan kualitas pertahanan baik pada saat menerima servis maupun pada saat bertahan terhadap smes yang dilakukan oleh lawan".Anandita (2010, hlm. 62).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pemain yang menjadi libero adalah pemain yang bertugas sebagai *defender* atau pemain bertahan dalam permainan bola voli, posisi pemain bertahan yaitu posisi, 1, 6, dan 5. Jadi, libero hanya menempati posisi yang berada di posisi belakang atau bertahan. Menurut Anandita (2010, hlm. 62) mengatakan bahwa "peran pemain libero terbatas sebagai pemain garis belakang dan tidak diizinkan untuk melakukan serangan dari

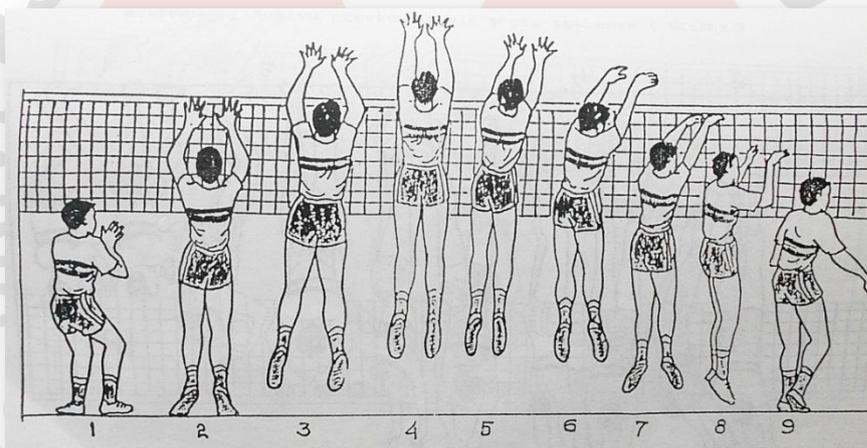
manapun termasuk di lapangan permainan dan daerah bebas, jika pada saat kontak dengan bola seluruh ketinggian bola lebih tinggi dari permukaan net”.

4) Pembendung (*Blocker*)

Pembendung adalah orang yang melakukan bendungan atau menahan serangan samsh dari pemain lawan untuk pertahanan di daerah serang sendiri dengan cara melompat lalu menahan bola yang akan dipukul. Menurut Yudiana dan Subroto (2010, hlm. 58) mereka mengatakan,

Keterampilan ini sering dilakukan dalam usaha menghadang bola hasil pukulan (*spike*) lawan didekat net. keterampilan ini sangat penting dimiliki setiap pemain, karena dalam permainan bola voli modern, kecepatan dan arah bola hasil pukulan *spiker* sudah terlalu sulit untuk dapat diprediksi oleh pemain bertahan.

Bendungan bisa dilakukan oleh pemain yang berada diposisi dari depan atau pemain yang sedang dalam posisi berada digaris serang.



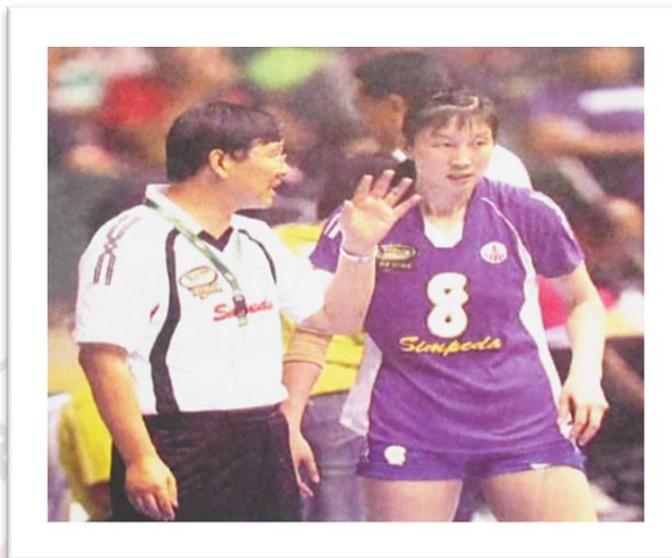
Gambar 2.18
Pembendung (*Blocker*) (Yunus, 1992, hlm. 113)

5) Pelatih

Dalam sebuah tim tentunya sangat berpengaruh sekali dalam peran sebagai pelatih, dimana pelatih berperan sebagai otak dari suatu tim untuk bisa berkembang agar lebih baik lagi. Anandita (2010, hlm. 66) mengatakan bahwa

seorang pelatih haruslah bisa memecahkan masalah tanpa menimbulkan masalah lainnya dan tidak berdampak negatif di kemudian hari seorang atlet tidak akan rugi menghadapi masa depannya sehingga masa depan yang cerah lambat laun akan digapai seiring dengan prestasi puncak yang akan dicapai saat atlet dewasa.

Maka dari itu pelatih begitu berpengaruh di dalam suatu tim sehingga terjalinnya harmonisasi permainan yang baik, dan menjalin kerja sama yang baik pula antara pemain satu dengan pemain yang lainnya.



Gambar 2.19
Pelatih Memberikan Masukan kepada Pemain (Anandita, 2010, hlm. 67)

3. Konsep Bermain Permainan dan Olahraga

a. Hakikat Bermain

Bermain merupakan suatu aktivitas yang dapat dilakukan oleh semua orang, dari anak-anak hingga orang dewasa, tak terkecuali jugabagi orang yang mempunyai kebutuhan khusus. Pada masa anak-anak, bermain merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan dan cenderung merupakan kebutuhan dasar yang hakiki. Bahkan para ahli pendidikan mengatakan bahwa anak-anak identik dengan bermain, karena hampir semua hidupnya tidak lepas dari bermain.

Bucher (dalam Sukintaka, 1992, hlm. 6) mengatakan bahwa.

permainan yang telah lama dikenal oleh anak-anak, orang tua, laki-laki maupun perempuan, mampu menggerakkan utnuk berlatih, bergembira, dan releks. Permainan merupakan salah satu komponen pokok pada tiap program pendidikan jasmani, oleh sebab itu guru pendidikan jasmani harus mengenal secara mendalam tentang seluk beluk permainan

Berdasarkan pengertian di atas, bermain dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar, suka rela tanpa paksaan, dan dalam batas waktu, tempat dan ikatan peraturan. Namun bersamaan dengan ciri itu, bermain

menuntut ikhtiar yang sungguh-sungguh dari pemainnya. Ciri lain yang juga harus dimanfaatkan dari bermain adalah sifat dan kemampuannya untuk melibatkan banyak peserta, meskipun bukan berarti harus diikuti banyak orang.

Dalam bermain, anak dapat mengembangkan mental, menumbuhkan kemampuan untuk memecahkan masalah dalam hidupnya (perkembangan sosial) dan meningkatkan kebugaran komponen motoriknya. Dengan bermain, nilai-nilai sosial para peserta didik dapat dikembangkan, meski tidak akan secara otomatis nilai-nilai tersebut dapat diperoleh. Maka dari itu, dalam Pendidikan Jasmani aktivitas bermain harus dilakukan guna memberikan atau mengembangkan nilai-nilai sosial kepada para peserta didik.

b. Tujuan Bermain

Bermain merupakan suatu aktivitas yang melibatkan jasmani untuk bergerak tanpa ada paksaan untuk melakukannya. Menurut Dockett dan Fleeer (2000, hlm. 41).

Bermain merupakan kebutuhan bagi anak karena melalui bermain anak akan memperoleh pengetahuan yang dapat mengembangkan kemampuan dirinya. Bermain merupakan suatu aktivitas yang khas dan sangat berbeda dengan aktivitas lain seperti belajar dan bekerja yang selalu dilakukan dalam rangka mencapai suatu hasil akhir.

Kemudian menurut Mutiah (2010, hlm. 146) mengatakan “Bermain merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam periode perkembangan diri anak, meliputi dunia fisik, sosial, dan komunikasi”.

Dari penjelasan di atas bermain pula mempunyai tujuan sebagai berikut:

1. Menanamkan kebiasaan disiplin dan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari
2. Melatih sikap ramah, suka bekerja sama menunjukkan kepedulian
3. Menanamkan budi pekerti yang baik
4. Melatih anak untuk berani dan mempunyai rasa ingin tahu yang besar
5. Melatih anak untuk mencintai lingkungan dan ciptaan Tuhan
6. Melatih anak untuk mengerti berbagai konsep moral yang mendasar, seperti salah, benar, jujur, adil dan fair.

c. Hubungan Bermain Permainan dan olahraga

Bermain memiliki cakupan wilayah yang lebih luas dari pada permainan dan olahraga. Bermain menjadi dasar adanya permainan dan olahraga, karena pada dasarnya permainan dan olahraga merupakan bermain yang lebih terstruktur. Permainan sendiri memiliki sifat, jika sifat-sifat kesenangan, hiburan, pelepasan

diri dari alam hidup ramai yang ada dalam permainan diganti dengan suatu tujuan tersendiri, maka sifat permainan itu berubah menjadi usaha. Sama halnya dengan permainan, olahraga yang dilakukan atas dasar kesenangan dan hiburan maka dapat disebut bermain, akan tetapi jika olahraga dilakukan atas dasar tuntutan pekerjaan maka olahraga tersebut telah berganti sifat menjadi pekerjaan atau usaha. Menurut Simon dan Saputra (2007, hlm. 133) mengatakan "permainan dalam konteks pendidikan dapat dimanfaatkan sebagai pembekalan pentingnya aktivitas fisik untuk meningkatkan kondisi sehat, kebugaran fisik, hubungan sosial, pengendalian emosi dan moral". Kemudian menurut Ateng (1992, hlm. 8) mengatakan sebagai berikut.

olahraga mempunyai karakter permainan. Tidak dapat dikatakan bahwa olahraga itu sama dengan permainan. Permainan luas dari olahraga. Olahraga dapat dikatakan sebagai bentuk tersendiri dari permainan: bermain mengukur kemampuan (bertanding) adalah ciri-ciri yang hakiki dari padanya. Jadi memang ada hubungan asal antara olahraga dan permainan. Olahraga berpangkal pada permainan. Namun pertumbuhan olahraga memberikan karakter tersendiri, rupa muka tersendiri.

Bermain bukan hanya untuk mengisi waktu luang saja, akan tetapi bermain juga sebagai aktivitas fisik yang dilakukan dengan leluasa tanpa ada paksaan untuk melakukannya.

d. Modifikasi Media dan Alat

Modifikasi media dan alat pada servis bawah permainan bola voli merupakan perlakuan terhadap masalah pembelajaran gerak dasar servis bawah pada permainan bola voli di SDN Sukasirna 1 Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang. Modifikasi media dan alat dilakukan sebagai cara agar siswa dalam melakukan gerakan dasar servis bawah permainan bola voli pada setiap siklusnya menjadi semakin meningkat.

Pembelajaran servis bawah yang dilakukan setiap siklusnya, bukan hanya melatih gerak dasar servis bawah saja, akan tetapi melatih kekuatan servis jugadalam melakukan servis bawah permainan bola voli.

e. Teori Modifikasi Pembelajaran

Proses belajar mengajar efektif dan menyenangkan bila seorang guru bisa menerapkan metode atau model pembelajaran yang bisa menjadikan anak aktif dalam belajar, kemudian proses belajar mengajar efektif, dan pembelajaran

terhadap anak juga menyenangkan. Menurut Rosdiani (2013, hlm. 73), mengatakan bahwa,

pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidika agar dapat terjadi peroses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Kemudian pendapat lain tentang pengertian pembelajaran menurut Suherman (2011, hlm. 70) sebagai berikut

“belajar dalam proses pendidikan merupakan kegiatan yang paling pokok. Kondisi ini membawa implikasi bahwa berhasil tidaknya proses pendidikan, khususnya dalam pencapaian tujuan pendidikan sangat tergantung pada berhasil tidaknya proses belajar yang dilakukan peserta didik”.

Modifikasi tentu sangat penting bagi pembelajaran agar bisa memberikan sesuatu yang berbeda dan banyak inovasi-inovasi yang ada. Menurut Subagja dan Suherman (2000, hlm. 2) mengatakan “modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan tujuan pembelajaran dari mulai tujuan yang paling rendah sampai tujuan yang paling tinggi”.

Maka dari itu modifikasi pembelajaran begitu bagus digunakan untuk pembelajaran yang lebih menarik lagi.

4. Gerak Dasar Servis Bawah Melalui Media dan Alat Modifikasi

Servis bawah permainan bola voli menggunakan media dan alat modifikasi di SDN Sukasirna 1 Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang akan dijelaskan pada pembahasan gerak dasar servis bawah permainan bola voli menggunakan media dan alat modifikasi.

Bola yang digunakan setiap siswa adalah bukan bola voli yang sesungguhnya. Adapun modifikasi media dan alat perubahan model pembelajaran servis di setiap siklusnya. Pada siklus I perencanaan pembelajaran gerak dasar servis bawah pada permainan bola voli menggunakan media dan alat modifikasi dilakukan dengan zona servis dari garis serang lapangan sejauh dua meter dengan ketinggian net hanya satu meter, pada siklus II dilakukan dengan zona servis dari garis tengah lapangan bola voli sejauh enam meter dengan menggunakan sasaran lingkaran untuk memasukan bola yang dilakukan servis bawah dan menggunakan

net hanya stinggi lutut, dan pada siklus III dilakukan dengan bentuk permainan bola tangan tetapi ketika mengoper bola kepada teman setim harus dilakukan dengan seperti melakukan servis.

Hal ini berguna untuk melatih gerak dasar siswa dalam melakukan servis bawah dalam permainan bola voli, yang tentunya dalam media dan alat yang dimodifikasi dan model pembelajarakaan berdampak baik terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar servis bawah pada permainan bola voli.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Dalam melaksanakan penyusunan karya ilmiah yang berjudul : Meningkatkan Gerak Dasar Servis Bawah pada Permainan Bola Voli dengan Melalui Media dan Alat Modifikasi pada Siswa Kelas V SDN Sukasirna 1 Sumedang, peneliti mengadakan kegiatan antara lain observasi terhadap subjek maupun objek yang dijadikan sebagai bahan penelitian.

Selain itu, peneliti melakukan studi pustaka untuk mencari teori-teori yang relevansinya dapat menunjang pelaksanaan penelitian ini. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti juga membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini. Penelitian ini dilakukan dengan merujuk pada penelitian yang pernah dilakukan pada sebelumnya mengenai pembelajaran servis bawah dalam permainan bola voli :

1. Penelitian tersebut dilakukan oleh Aceng Sukarman (2013) dengan berjudul “Meningkatkan Gerak Dasar Servis Bawah dalam Pembelajaran Bola Voli Mini Melalui Modifikasi Jarak Pukul dengan Net”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modifikasi jarak pukul dengan net berpengaruh terhadap hasil gerak dasar untuk servis bawah dalam permainan bola voli. Hal ini ditunjukkan oleh perkembangan dan peningkatan dari setiap Siklus, mulai dari Siklus I hingga Siklus III. Dalam data awal penelitian disebutkan bahwa dari 44 siswa kelas V melakukan tes awal, yaitu siswa yang mendapat kriteria baik mencapai 20,45% atau 9 siswa. Kriteria cukup sebesar 45,45% atau 20 siswa dan yang mendapat kriteria kurang 34, 10% atau sebanyak 15 siswa. Dalam Siklus 1 siswa yang mendapat kriteria baik mencapai 10 siswa atau 22,73%, kriteria cukup 31 siswa atau mencapai 70,45%, lalu kriteria kurang 3 orang atau 6,28%. Kemudian dalam Siklus II peningkatan untuk kriteria baik menjadi 21 siswa atau 47,73% untuk kriteria cukup menjadi 23

siswa atau 52,27%, kemudian untuk kriteria kurang 0 atau 0,00%. Lalu untuk Siklus III mencapai 36 siswa atau 81,82% untuk kriteria baik, kemudian 8 siswa atau 18,18% untuk kriteria cukup. Kesimpulan untuk penelitian ini adalah modifikasi jarak pukul dengan net dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah dalam permainan bola voli.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Rendi Riswandi (2013) dengan judul “Meningkatkan Gerak Dasar Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli Mini Dengan Modifikasi Net dan Jarak Berjenjang Melalui Permainan Servis Tangkap”. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan gerak dasar servis bawah dengan modifikasi ketinggian net dan jarak berjenjang melalui permainan servis tangkap. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan gerak dasar servis bawah dalam permainan bola voli, hal ini dibuktikan dengan peningkatan yang terjadi pada Siklus I hingga Siklus III. Pada data awal penelitian hasil tes gerak dasar servis bawah adalah 64,2%. Pada siklus I adalah 75%. Kemudian pencapaian dalam siklus II adalah 86,7% siswa melakukan gerak dasar servis bawah dengan baik. Sedangkan dalam siklus III sebesar 93,3% siswa yang mampu melakukan gerak dasar servis bawah dengan kriteria baik. Berdasarkan hasil tersebut, dikatakan bahwa terdapat pengaruh permainan bola voli mini dengan modifikasi ketinggian net dan jarak berjenjang melalui permainan servis tangkap dapat meningkatkan gerak dasar servis bawah dalam permainan bola voli.

3. Penelitian dilakukan oleh Nandang Supriatin (2011) dengan judul “Meningkatkan Gerak Dasar Servis Bawah Bola Voli Melalui Latihan Berpasangan dibatasi Net dengan Jarak Bertahap pada Siswa Kelas V SDN Cikondang III Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang”. Dalam hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan gerak dasar servis bawah bola voli melalui latihan berpasangan dibatasi net dengan jarak bertahap. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan yang terjadi pada siklus I hingga siklus III. Pada siklus I tahap perencanaan kinerja guru memperoleh presentase 92%, sedangkan pada siklus II 94% dan siklus III 97% pencapaian target, kinerja guru tahap pelaksanaan presentase pencapaian siklus I 87%, siklus II 89% dan siklus III 97%. Pada aktivitas siswa untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan servis bawah, presentase pencapaian target dengan penafsiran baik pada siklus I 55% ketuntasan, siklus II 80% ketuntasan, dan siklus III 95%. Dari paparan data

tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penerapan latihan berpasangan dibatasi net dengan jarak bertahap dapat meningkatkan gerak dasar servis bawah pada siswa kelas V di SDN Cikondang III Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan uraian identifikasi masalah dan pemecahan masalah, serta dengan meninjau kajian teoritis dan praktis dari penelitian ini. Peneliti membentuk sebuah hipotesis penelitian untuk penelitian tindakan kelas ini yaitu.

“Jika penerapan media dan alat modifikasi diterapkan dalam pembelajaran gerak dasar servis bawah permainan bola voli pada siswa kelas V di SDN Sukasirna 1 Sumedang, maka proses pembelajaran dan kemampuan gerak dasar servis bawah permainan bola voli siswa akan meningkat”.

