

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Hakikat Pendidikan Jasmani

1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani menurut Supandi (dalam Simon dkk. 2007, hlm. 5) merupakan ‘Suatu aktivitas yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan melalui aktivitas jasmani’. Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan sosial (interaksi dengan lingkungan sekitar).

Pendidikan Jasmani menurut Safari (2012, hlm. 8) mengemukakan bahwa “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”.

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak. Pendidikan Jasmani dan Olahraga adalah laboratorium bagi pengalaman manusia karena Pendidikan Jasmani menyediakan kesempatan untuk memperlihatkan mengembangkan karakter. Pengajaran etika dalam Pendidikan Jasmani biasanya dengan contoh atau perilaku. Pengajar tidak pantas menasehati siswanya untuk memperlakukan orang lain secara adil bila dia sendiri tidak memperlakukan siswanya secara adil. Siswa tidak akan menuruti nasehat pengajar tersebut bila pengajar tidak memberi contoh yang baik kepada siswanya.

Sedangkan Pendidikan Jasmani menurut Nixon, dkk. (dalam Safari 2012, hlm. 8) mengemukakan ‘Fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut’. Pendidikan Jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya, pengajaran Pendidikan Jasmani berjalan belum efektif

seperti yang diharapkan. Pembelajaran Pendidikan Jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran Pendidikan Jasmani tidak harus terpusat pada guru tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi, dan urusan materi, serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan. Sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar Pendidikan Jasmani dan model pengajaran Pendidikan Jasmani yang efektif perlu dipahami oleh guru yang hendak mengajar Pendidikan Jasmani. Karena, jika guru tidak menguasai konsep dasar Pendidikan Jasmani dan model pengajarannya tentu disetiap pembelajaran tidak akan efektif dan cara menyampaikan materinya tentu tidak akan menarik dan bervariasi pasti cenderung monoton.

Pendidikan Jasmani menurut Safari (2012, hlm. 8) mengemukakan bahwa “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”. Pendidikan Jasmani yang melibatkan interaksi antara guru dengan anak serta anak dengan anak. Di dalam adegan pembelajaran yang melibatkan interaksi tersebut, terletak suatu keharusan untuk saling mengakui dan menghargai keunikan masing-masing, termasuk kelebihan dan kelemahannya. Hal ini bukan hanya berkaitan dengan kelainan fisik semata-mata, tetapi juga dalam kaitannya dengan perbedaan psikologis seperti kepribadian, karakter, pola pikir, serta tak kalah pentingnya dalam hal pengetahuan, dan kepercayaan.

Program Pendidikan Jasmani yang baik tentu harus dilandasi oleh pemahaman guru terhadap karakteristik psikologis anak dan yang paling penting dalam hal yang dapat diberikan oleh program Pendidikan Jasmani terhadap perkembangan mental dan psikologis anak. Studi dalam ilmu-ilmu psikologi mempunyai implikasi untuk para guru Pendidikan Jasmani, terutama dalam wilayah atau sub-disiplin ilmu teori belajar, teori pembelajaran gerak, perkembangan kepribadian, serta sikap. Kesemua sub-disiplin itu memberikan pemahaman yang lebih luas dalam hal bagaimana anak belajar, dan yang

terpenting upaya apa yang harus dipertimbangkan guru dikaitkan dengan menciptakan lingkungan belajar yang memungkinkan anak belajar.

Sedangkan Pendidikan Jasmani menurut Mulyanto (2013, hlm. 25) merupakan “Proses belajar mengajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak”. Belajar melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam Pendidikan Jasmani siswa diajarkan untuk bergerak melalui pengalaman gerak sehingga terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohani.

Dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah sebuah wahana yang sangat baik untuk proses sosialisasi dan aktivitas Pendidikan Jasmani yang mempunyai potensi untuk menuntaskan tujuan-tujuan tersebut. Seperangkat kualitas dari perkembangan sosial yang dapat dikembangkan dan dipengaruhi dalam proses Pendidikan Jasmani diantaranya adalah kepemimpinan, karakter moral, dan daya juang.

Pantas rasanya jika kita setuju untuk mengemukakan bahwa Pendidikan Jasmani dan Olahraga merupakan dasar atau alat pendidikan dalam membentuk manusia seutuhnya, dalam pengembangan kemampuan kognitif (aspek pengetahuan), afektif (aspek sikap) dan psikomotor (aspek gerak) dalam membentuk kemampuan manusia yang berwatak dan bermoral. Jadi, yang dimaksud dengan membentuk manusia seutuhnya ialah dengan adanya Pendidikan Jasmani dan Olahraga manusia dapat berpikir lebih cerdas, meningkatkan keterampilan geraknya, dan memiliki sikap yang lebih menghargai dirinya sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat Gabban, Leblanc, dan Lowy (dalam Sukintaka, 1992, hlm. 10) mengemukakan bahwa :

Pertumbuhan, perkembangan dan belajar lewat aktivitas jasmani akan mempengaruhi:

1. Ranah kognitif, yaitu kemampuan berpikir (bertanya, kreatif) kemampuan memahami, menyadari gerak dan penguatan akademik.
2. Ranah psikomotor, yaitu pertumbuhan biologik, kesegaran jasmani juga menyangkut kesehatan, keterampilan gerak dan peningkatan keterampilan gerak.
3. Ranah afektif, meliputi rasa senang, penanggapan yang sehat terhadap aktivitas jasmani, kemampuan menyatakan dirinya, menghargai diri sendiri dan ada konsep diri.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yaitu yang sesuai dengan karakteristik peserta didik dan disesuaikan dengan lingkungan sekitar, yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan Pendidikan Nasional.

2. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan umum Pendidikan Jasmani selaras dengan tujuan umum pendidikan di sekolah yang mencakup tiga aspek, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor. Dalam terminologi populer, sesuai dengan yang dikemukakan oleh Mahendra (2003, hlm. 11) tujuan Pendidikan Jasmani meliputi tiga ranah (domain) yakni "domain kognitif, afektif, dan psikomotor". Ketiga domain tersebut merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisah-pisahkan. Aspek kognitif meliputi tujuan-tujuan yang berhubungan dengan konsep gerak, arti sehat, memecahkan masalah, kritis, dan cerdas. Domain psikomotor meliputi gerak keterampilan, kemampuan motorik dan perbaikan fungsi organ tubuh. Domain afektif meliputi menyukai kegiatan, merasa nyaman dengan diri sendiri, ingin terlibat dalam pergaulan sosial dan percaya diri. Tujuan dari belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat pada siswa. Contohnya ialah ketika siswa pertama kali mulai masuk sekolah menjadi giat dan disiplin waktu, hal ini disebabkan karena terjadinya proses belajar dimana siswa yang awalnya sering bangun siang menjadi bangun lebih pagi.

Pendidikan Jasmani harus memenuhi kebutuhan anak yang mempunyai karakter fisik, mental, dan sosial yang berbeda-beda. Siswa kelas satu sekolah dasar menduduki tahap perkembangan fisik, mental, dan sosial yang berbeda dengan siswa kelas satu sekolah menengah. Kondisi fisik, mental, dan sosial akan berbeda dengan siswa dalam kelas yang sama. Perbedaan itu jelas menunjukkan bahwa kebutuhan akan Pendidikan Jasmani itu berbeda-beda bagi kelompok siswa

yang bergantung terhadap perkembangannya secara utuh. Atas dasar itulah maka Pendidikan Jasmani dirancang sedemikian rupa untuk mencapai semua tingkatan kelas yang berbeda.

Sedangkan menurut Lutan (2001, hlm. 18) Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa sebagai berikut.

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efisien dalam hubungan antar orang.
- f. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani termasuk permainan olahraga.

Sedangkan dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (2006, hlm. 175) Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut.

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan.
- 4) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 5) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat, dan kebugaran, serta memiliki sikap yang positif.

Selanjutnya Mulyanto (2013, hlm. 25) mengemukakan “Pendidikan Jasmani bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku”. Tujuan belajar tersebut selaras dengan tujuan umum pendidikan yang merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan menghasilkan perubahan

perilaku yang melekat pada siswa. Seperti sopan santun terhadap kedua orang tua yang lebih menghargai dan menghormati orang yang lebih tua, karena di sekolah di ajarkan cara sopan santun yang baik.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan Pendidikan Jasmani pada dasarnya bersifat internal ke dalam fisik itu sendiri. Oleh karena itu, para guru Pendidikan Jasmani dituntut untuk memanfaatkan aktivitas fisik untuk meraih tujuan pendidikan secara menyeluruh melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani yang kondusif serta melalui model-model pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa. Peranan guru Pendidikan Jasmani harus bisa membuat pembelajaran lebih menyenangkan, hal ini di tunjukkan karena siswa berinteraksi langsung dengan guru dan tentunya banyak modifikasi pembelajaran yang bisa membuat pembelajaran lebih menyenangkan.

3. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, dan keterampilan sosial.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, serta nilai-nilai (seperti: sportivitas, kejujuran, kerjasama, disiplin, tanggung jawab) dan pembiasaan hidup sehat yang dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional, dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pembelajaran.

Pendidikan Jasmani wajib diajarkan di sekolah dasar karena Pendidikan Jasmani memiliki peran yang strategis dalam rangka pembentukan manusia seutuhnya. Pendidikan Jasmani tidak hanya berdampak positif terhadap pertumbuhan fisik anak, melainkan perkembangan mental, intelektual, emosional, dan sosial. Hal ini dapat terjadi apabila tercipta suatu kondisi yang memungkinkan dan mendukung aspek-aspek tersebut tumbuh dan berkembang

secara wajar. Sehingga, Pendidikan Jasmani merupakan wahana untuk menumbuhkan anak didik secara wajar, efektif, dan dilaksanakan sesuai dengan kondisi fisik dan psikologis anak didik. Maka, Pendidikan Jasmani di sekolah dasar diarahkan kepada proses pengembangan motorik siswa dari waktu ke waktu sesuai dengan taraf perkembangannya.

Melalui Pendidikan Jasmani, guru diharapkan mengajarkan kepada siswa untuk memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, keterampilan, dan memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman terhadap keterampilan gerak dasar, teknik dan nilai-nilai seperti: sportivitas, kejujuran, kerjasama, disiplin, dan bertanggung jawab yang diterapkan kepada siswa.

Dalam KTSP (2006, hlm, 138), ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk jenjang sekolah dasar adalah sebagai berikut:

- a. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, *rounders*, *kippers*, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan beladiri serta aktivitas lainnya.
- b. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- c. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- d. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- e. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- f. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.
- g. 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 UKS dan P3K. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk kedalam semua aspek.

Beberapa aspek yang di uraikan ruang lingkup pendidikan jasmani dalam artikel olahraga.blogspot.com 2008 sebagai berikut.

- 1 Permainan dan olah raga meliputi : olahraga tradisional, permainan. eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti,

rounders, kippres, sepak bola, bola basket, bola voli. Tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya

1. Aktivitas sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya
2. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan gerak, dan renang serta aktivitas lainnya.
5. Pendidikan luar kelas meliputi: piknik/karyawisata. Pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.
6. Kesehatan pribadi meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat.

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tidak terfokus terhadap satu bidang aktivitas saja, tetapi mencakup beberapa bidang aktivitas, bahkan dapat digabungkan beberapa aktivitas dalam satu kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa tujuan dari pendidikan jasmani diantaranya untuk meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diaplikasikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah masyarakat dilingkungan suatu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan.

B. Bola Voli

1. Sejarah Bola Voli

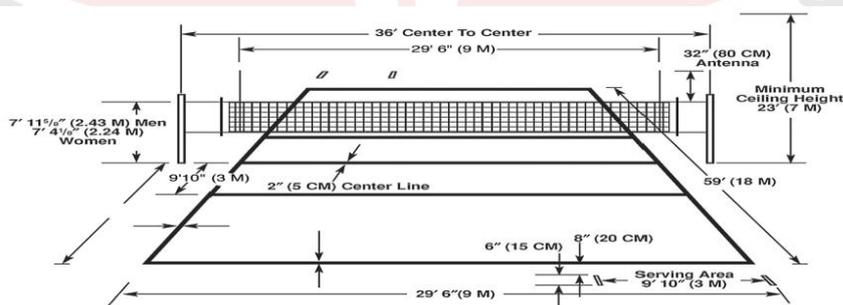
Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895. Ia adalah seorang Pembina Pendidikan Jasmani pada *Young Men Christian Association* (YMCA) di kota Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. Nama permainan ini semula disebut "*Minonette*" yang hampir serupa dengan permainan badminton. Jumlah pemain di sini tidak terbatas sesuai dengan tujuan semula yakni untuk mengembangkan kesegaran jasmani para buruh di samping bersenam secara massal. William G. Morgan kemudian melanjutkan idenya untuk mengembangkan permainan tersebut agar mencapai cabang olahraga yang dipertandingkan. Nama permainan kemudian menjadi *volley ball* yang artinya kurang lebih mem-*volley* bola berganti-ganti. Perkembangannya permainan bola voli pada waktu itu di Amerika Serikat sangat cepat berkat usaha William G. Morgan.

Tahun 1922 YMCA berhasil mengadakan kejuaraan nasional bola voli di Negara Amerika Serikat. Pada saat perang dunia I tentara-tentara sekutu menyebarkan permainan ini ke negara-negara Asia dan Eropa terutama negara Jepang, Cina, India, Filipina, Perancis, Rusia, Estonia, Latvia, Ceko, Slovakia, Rumania, Yugoslavia dan Jerman.

Dalam perang dunia II permainan ini tersebar luas di seluruh dunia terutama di Eropa dan Asia. Setelah perang dunia II prestasi dan popularitas bola voli di USA menurun, sedang di Negara lain terutama Eropa Timur dan Asia berkembang sangat cepat dan masal.

2. Lapangan Permainan

Ukuran lapangan bola voli yang umum adalah 9 meter x 18 meter. Ukuran tinggi net putra 2,43 meter dan untuk net putri 2,24 meter. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring). Garis tepi lapangan adalah 5 cm.



Gambar 2.1

Lapangan permainan bola voli

([.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli](https://www.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli))

3. Macam-macam Teknik dalam Permainan Bola Voli

Menurut Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 45), teknik adalah "...cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif".

Selanjutnya, Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 45) mengemukakan 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”.

Dari kedua pengertian di atas, maka dapat diambil kesimpulan 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

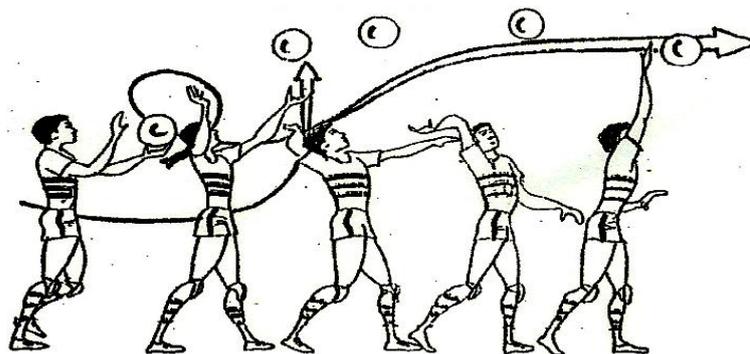
Pada mulanya servis merupakan pukulan pertama untuk memulai suatu permainan, namun seiring dengan kemajuan permainan servis sudah merukan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu meraih kemenangan.

Berikut ini macam-macam teknik dan variasi servis menurut Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 52-56).

- 1) Servis tangan bawah, servis ini adalah servis yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemula. Langkah-langkah dalam melakukan servis tangan bawah meliputi: sikap permulaan, gerakan pelaksanaan, dan gerak lanjutan (follow through).
- 2) Servis mengapung, adalah jenis servis di mana jalannya bola dari hasil pukulan servis itu tidak mengandung putaran dengan kata lain bola berjalan mengapung atau mengambang.
- 3) Overhand Round-House Service dengan langkah-langkah meliputi: sikap permulaan berdiri menyampingi lapangan dengan memegang bola, gerak pelaksanaan melambungkan bola di atas pundak kemudian pukul, kemudian melkakukan gerakan lanjutan.
- 4) Jumping service (servis dengan melompat), servis ini dilakukan dengan gerakan melompat seperti gerakan smash.

Yang perlu diperhatikan dalam servis menurut Wikipedia.com adalah sebagai berikut.

- a. Sikap badan dan pandangan
- b. Lambung keatas harus sesuai dengan kebutuhan.
- c. Saat kapan harus memukul Bola.



Gambar 2.2
Servis atas

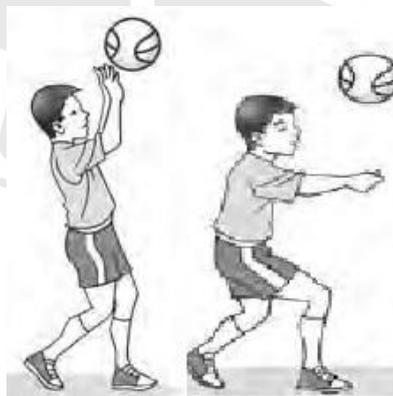
[.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli](https://www.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli)

b. Passing

Menurut Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 46), passing adalah cara memainkan bola pertama setelah bola beradadalam permainan akibat serangan lawan, servis lawan.

Macam-macam passing berdasarkan Wikipedia.com meliputi:

- 1) *Passing Bawah* (Pukulan/pengambilan tangan kebawah)
 - a) Sikap badan jongkok, lutut agak ditekuk.
 - b) Tangan dirapatkan, satu dengan yang lain dirapatkan.
 - c) Gerakan tangan disesuaikan dengan keras/lemahnya kecepatan bola.
- 2) *Passing Keatas* (Pukulan/pengambilan tangan keatas)
 - a) Sikap badan jongkok, lutut agak ditekuk.
 - b) Badan sedikit condong kemuka, siku ditekuk jari-jari terbuka membentuk lengkungan setengah bola.
 - c) Ibu jari dan jari saling berdekatan membentuk segitiga.
 - d) Penyentuhan pada semua jari-jari dan gerakannya meluruskan kedua tangan.



Gambar 2.3

Passing bawah dan passing atas

[.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli](https://www.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli)

c. Umpan (*Set Up*)

Umpan menurut Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 47) adalah “cara memainkan bola bola baik yang datang langsung dari lawan maupun yang datang dari temanseregu untuk diberikan ke spiker agar dapat melakukan smesh atau spike kebidang lawan . Macam-macam umpan menurut macamnya smash terdiri dari umpan normal, umpan semi, umpan push (umpan dorong), umpan pull (quick), serta umpan pull straigh. Sedangkan macam umpan menurut arah bola dari sati sisi pengumpan meliputi mengumpan ke depan dekat dan sejajar dengan net, mengumpan ke belakang dekat dan sejajar dengan net, umpan ke depan dengan meloncat, umpan ke belakang dengan meloncat.



Gambar 2.4

Umpan (*set up*)

www.proliga.com

d. Smash

Smash menurut Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 56) adalah “...merupakan salah satu teknik serangan yang paling efektif selama permainan.

Selanjutnya Subroto dan Yudiana (2010 hlm 56) mengemukakan bahwa

“...smash merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan yang kompleks yang terdiri dari: langkah awalan, tolakan untuk meloncat, memukul bola saat melayang di udara, serta saat mendarat kembali setelah memukul bola”.

Ada empat jenis smash yang dikemukakan oleh Beutelstahl (2005, hlm. 26-27), yaitu :

- 1) Frontal smash atau smash depan Tubuh sudah berada pada posisi membungkuk sedikit

- 2) Otot-otot perut, bahu, dan lengan berkontraksi pada saat yang bersamaan. Kontraksinya kuat dan terulang beberapa kali berturut-turut. Kerjasama antara otot-otot inilah yang menyebabkan lengan terjulur, menyentuh bola dan memukulnya.
- 3) Pergelangan tangan tidak boleh kaku dan jari-jari tangan terbuka sedikit.
- 4) Bola dipukul pada bagian atasnya.
- 5) Sesudah mengadakan kontak dengan bola, lengan pemukul itu terus bergerak ke depan dan ke bawah, mengadakan *follow-through* yang sempurna.



Gambar 2.5
Pemain sedang melakukan smash depan

[.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli](https://www.wikipedia.org/wiki/Bola_voli#Teknik_Bola_Voli)

- 6) Frontal smash dengan twist atau smash dengan putaran
 - a) Bagian atas dari tubuh diputar, seakan-akan ada poros vertikalnya.
 - b) Biasanya putaran tergantung pada arah pukulan.
 - c) Putaran tubuh bagian atas kini diikuti dengan putaran kedua paha.
 - d) Seluruh gerakan ini dilakukan sewaktu pemain sedang melompat atau belum bersinggungan kembali ke tanah.
- 7) Smash dari pergelangan tangan
 - a) Smash jenis ini hanya menggunakan gerakan pergelangan tangan saja.
 - b) Dengan menggunakan *spin* yang kuat, bola dapat dipukul dengan cermat.
- 8) Dump atau smash tipuan
 - a) Pemain melakukan gerakan-gerakan sama dengan pada waktu hendak memukul frontal smash.
 - b) Tetapi pada waktu kontak dengan bola, bola tidak dipukul, melainkan disentuh saja dengan jari-jari tangan.
 - c) Lengan pemukul tetap bergerak, dan dengan gerakan jari-jari itulah pemain mengarahkan bola.
 - d) Bola diarahkan ke tempat yang lowong di pihak lawan, yang kurang terjaga.

- e) Bola itu dilewatkan melalui atau mengelilingi block yang sudah dipersiapkan oleh lawan untuk menghadapi smash pemain itu. Bola dapat dilambungkan pendek atau panjang tergantung pada situasi setempat.

Dari keempat jenis smash di atas, maka dapat dikemukakan bahwa penggunaan dari setiap smash yang dilakukan disesuaikan dengan situasi lawan, sehingga untuk mendapatkan point arah bola dapat ditentukan sesuai dengan kondisi pertahanan lawan.

e. Block

Menurut Subroto, Yudiana (2010, hlm. 58), block merupakan "...benteng pertahanan yang utama untuk menghadang hasil pukulan lawan di atas net".

Jenis block menurut Beutelstahl (2005, hlm. 30), meliputi :

- 1). *One man block* (block 1 orang), dimana yang melakukan *block* hanya satu orang saja.



Gambar 2.6

Pemain sedang melakukan *one man block*

www.proliga.com

- 2). *Two man block* (block 2 orang), dimana yang melakukan block 2 orang.
- 3). *Three man block* (block 3 orang), dimana yang melakukan block adalah tiga orang.

Dalam melakukan *three man block*, pemain yang berada di tengah sebagai senter *block*, kegunaan senter *block* adalah membantu rekannya yang berada di sisi kanan dan kirinya ketika melakukan *block*.

4. Pengertian *Passing*

Setiadi (2011, hlm. 16) mengemukakan bahwa "*Passing* bawah sering disebut "*the dig*" yang berarti menggali. Jadi *passing* bawah adalah penerimaan bola dengan gaya menggali. Bola diterima dan dikembalikan dengan cara dipantulkan menggunakan dua belah lengan".

Ahmadi (2007, hlm. 22) mengemukakan "*Passing* merupakan sebuah upaya yang dilakukan oleh seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang sedang dimainkan kepada teman dalam satu timnya untuk dimainkan di lapangan sendiri".

Syarifudin dan Muhadi (dalam Erfahza 1993) berpendapat "*Passing* bawah merupakan gerakan pengambilan bola dimana biasanya posisi bola berada di bawah badan yang biasanya dilakukan dengan kedua tangan bagian bawah juga, dari siku dan pergelangan tangan yang dirapatkan baik untuk dioperkan kepada teman maupun langsung kepada lawan" adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola menggunakan lengan sisi bagian dalam untuk dimainkannya kepada teman se-regu untuk dimainkan dilapangan sendiri.

5. Kegunaan Teknik *Passing* Bawah

Teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli memiliki beberapa kegunaan. Berikut ini merupakan kegunaan teknik *passing* bawah (Ahmadi, 2007, hlm. 23):

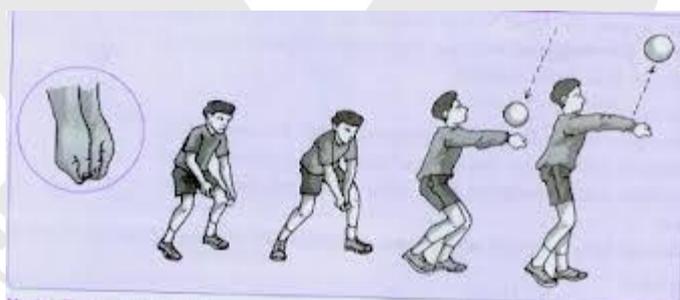
- a. Untuk penerimaan bola servis.
- b. Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan/*smash*.
- c. Untuk pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net.
- d. Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh dari lapangan permainan.
- e. Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

6. Teknik *Passing* Bawah Bola Voli

Terdapat beberapa tahapan yang harus dilakukan dalam melakukan teknik *passing* bawah. Berikut tahap-tahap dalam melaksanakan *passing* bawah, yaitu (Somantri dan Sujana, 2009, hlm. 26):

- a. Sikap Permulaan
 - 1) Kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibongkokkan ke depan.
 - 2) Berat badan menumpuk pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah.
 - 3) Kedua tangan saling berpegangan, yaitu punggung tangan kanan diletakan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.
- b. Gerakan Pelaksanaan
 - 1) Ayunkan kedua tangan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus.
 - 2) Perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan, di atas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan.
 - 3) Lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.
- c. Gerak Lanjutan
 - 1) Kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali.
 - 2) Ayunan lengan tidak melebihi sudut 90 derajat dari bahu atau badan.
 - 3) Jari tangan tetap digenggam.

Berikut gambar melakukan teknik *passing* bawah:



Gambar 2.7

Teknik *passing* bawah

(Sumber: <http://www.kawandnews.com/2011/09/cara-dan-teknik-pelaksanaan-passing.html>)



Gambar 2.8

Posisi tangan saat melakukan *passing* bawah

(Sumber : <http://www.tnol.co.id/groups/viewdiscussion/158-teknik-dasar.html?groupid=362>)

7. Kesalahan dalam Teknik *Passing* Bawah

Beberapa kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *passing* bawah dalam bola voli antara lain (Setiawan, 2012):

- a. Ketika menerima bola lengan terlalu tinggi, kemudian lanjutan lengan berada di atas bahu.
- b. Tubuh terlalu rendah karena pinggang ditekuk sehingga operan terlalu rendah dan kencang. Seharusnya yang ditekuk adalah lutut.
- c. Lengan terpisah sesaat, sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola.
- d. Bola mendarat di lengan daerah siku.

Akibat dari kesalahan dalam teknik *passing* bawah ialah bola tidak akan melambung sempurna kepada toser hingga menjadi umpan baik untuk di umpan kepada pemukul bola.

C. Model Pembelajaran

1. Pengertian Model Pembelajaran

Menurut Isjoni (dalam Ayuni, 2011, hlm 3), “model pembelajaran adalah strategi yang digunakan oleh guru untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, sikap belajar dikalangan siswa, mampu berpikir kritis, memiliki keterampilan social, dan pencapaian hasil pembelajaran yang lebih optimal”. Menurut Bidang (dalam Rahmi 2011, hlm, 1), “model pembelajaran adalah sebagai suatu desain yang menggambarkan proses rincian dan penciptaan situasi lingkungan yang memungkinkan siswa berinteraksi sehingga terjadi perubahan atau perkembangan pada diri siswa”.

Jadi, model pembelajaran adalah serangkaian kegiatan pembelajaran yang secara khas disajikan oleh guru guna menciptakan iklim belajar yang lebih kondusif untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu.

2. Jenis-jenis Model pembelajaran

Menurut Suprijono (2009), terdapat tiga jenis model pembelajaran yaitu sebagai berikut ini.

- a. Model pembelajaran langsung yaitu, model pembelajaran yang lebih berpusat pada guru dan lebih mengutamakan strategi pembelajaran efektif guna memperluas informasi materi ajar. Macam-macam model pembelajaran langsung: ceramah, praktek dan latihan, ekspositori, demonstrasi, *questioner*, dan mencongak.
- b. Model pembelajaran kooperatif yaitu, model pembelajaran dengan siswa bekerja dalam kelompok yang memiliki kemampuan heterogen. Macam-macam pembelajaran kooperatif: STAD, *Group Investigation*, Jigsaw, *Structural Approach*, dan *Peer Teaching* (Tutor Sebaya).
- c. Model pembelajaran berbasis masalah yaitu, pendekatan yang efektif untuk pengajaran proses berfikir tingkat tinggi. Macam-macam model pembelajaran berbasis masalah: pembelajaran berdasarkan proyek, pembelajaran berdasarkan pengalaman, belajar otentik, dan pembelajaran bermakna.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan model pembelajaran kooperatif metode tutor sebaya untuk meningkatkan gerak dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD.

D. Tutor Sebaya

1. Pengertian Tutor Sebaya

Tutor sebaya dikenal dengan pembelajaran teman sebaya atau antar siswa. Hal ini bisa terjadi ketika peserta didik yang lebih mampu menyelesaikan pekerjaannya sendiri membantu peserta didik lain yang kurang mampu. KUSDIONO (2010, hlm. 36) mengemukakan, “Tutor sebaya adalah seorang atau beberapa orang siswa yang ditunjuk dan ditugaskan untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar. Tutor tersebut diambil dari kelompok yang prestasinya lebih tinggi”. Sejalan dengan pendapat tersebut SEMIAWAN (dalam SUHERMAN, dkk. , 2003, hlm. 276) mengemukakan bahwa ‘Tutor sebaya adalah siswa yang pandai memberikan bantuan belajar kepada siswa yang kurang pandai’. SURYO dan AMIN (1981, hlm. 51) berpendapat “Tutor sebaya adalah

seorang atau beberapa orang siswa yang ditunjuk dan ditugaskan untuk membantu siswa-siswa tertentu yang mengalami kesulitan belajar”.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan bantuan tutor sebaya adalah suatu metode pembelajaran yang melibatkan siswa menjadi pengajar setelah dipilih oleh guru berdasarkan kriteria tertentu yang didukung dengan prestasinya yang lebih tinggi dari kelompoknya untuk membantu teman-temannya sendiri yang mengalami kesulitan belajar.

2. Persiapan Pembelajaran Tutor Sebaya

Menurut Hamalik (1998, hlm. 163) tahap-tahap persiapan dengan menggunakan pendekatan tutor sebaya adalah sebagai berikut.

- a. Guru membuat program pengajaran satu pokok bahasan yang dirancang dalam bentuk penggalan-penggalan sub pokok bahasan. Setiap penggalan satu pertemuan yang di dalamnya mencakup judul penggalan tujuan pembelajaran, khususnya petunjuk pelaksanaan tugas-tugas yang harus diselesaikan.
- b. Menentukan beberapa orang siswa yang memenuhi kriteria sebagai tutor sebaya. Jumlah tutor sebaya yang di tunjuk disesuaikan dengan jumlah kelompok yang dibentuk.
- c. Mengadakan latihan bagi para tutor. Dalam pelaksanaan tutorial atau bimbingan ini, siswa yang menjadi tutor bertindak sebagai guru. Sehingga latihan yang diadakan oleh guru merupakan semacam pendidikan guru atau siswa itu. Latihan diadakan dengan dua cara, yaitu melalui latihan kelompok kecil dimana dalam hal ini yang mendapatkan latihan hanya siswa yang akan menjadi tutor, dan melalui latihan klasikal, dimana siswa seluruh kelas dilatih bagaimana proses pembimbingan ini berlangsung.
- d. Pengelompokkan siswa dalam kelompok-kelompok kecil yang terdiri atas 4-6 orang. Kelompok ini disusun berdasarkan variasi tingkat kecerdasan siswa. Kemudian tutor sebaya yang telah ditunjuk disebar pada masing-masing kelompok yang telah ditentukan.

Untuk melaksanakan pembelajaran dilakukan beberapa tahap persiapan. .
Jadi, untuk melakukan pembelajaran tutor sebaya diperlukan persiapan terlebih dahulu sehingga pada pelaksanaannya dapat berjalan dengan baik.

3. Kriteria Tutor Sebaya

Untuk menentukan seorang tutor ada beberapa kriteria yang harus dimiliki oleh seorang siswa. Ada empat kriteria menjadi tutor sebaya yang ditawarkan Suryabarata (1985, hlm. 155), yaitu:

- a. Tutor membantu murid/siswa yang kesulitan berdasarkan petunjuk guru.
- b. Murid/siswa yang dipilih sebagai tutor hendaknya diperhatikan segi kemampuan dalam penguasaan materi dan kemampuan membantu orang lain.
- c. Dalam pelaksanaannya, tutor-tutor ini dapat membantu teman-temannya, baik secara individual maupun secara kelompok sesuai petunjuk guru.
- d. Tutor dapat berperan sebagai pemimpin dalam kegiatan-kegiatan kelompok, dalam hal tertentu dia dapat berperan sebagai pengganti guru.

Sejalan dengan pendapat Suryabarata, Arikunto (1986, hlm. 62) mengemukakan kriteria dalam memilih tutor perlu diperhatikan hal-hal sebagai berikut.

- a. Tutor dapat diterima (disetujui) oleh siswa yang mendapat program perbaikan sehingga siswa tidak mempunyai rasa takut atau enggan untuk bertanya kepadanya.
- b. Tutor dapat menerangkan bahan perbaikan yang dibutuhkan oleh siswa yang menerima program perbaikan.
- c. Tutor tidak tinggi hati, kejam atau keras hati terhadap sesama kawan.

Tutor mempunyai daya kreativitas yang cukup untuk memberikan bimbingan, yaitu dapat menerangkan pelajaran kepada kawannya. Siswa yang ditunjuk sebagai tutor akan ditugaskan membantu siswa yang akan mendapat program perbaikan, sehingga setiap tutor harus diberikan petunjuk yang sejelas-jelasnya tentang apa yang harus dilakukan. Petunjuk ini memang mutlak diperlukan bagi setiap tutor karena hanya gurulah yang mengetahui kelemahan siswa, sedangkan tutor hanya membantu melaksanakan perbaikan, bukan mendiagnosa.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa siswa yang dapat ditunjuk sebagai tutor harus memiliki kriteria yang jelas yaitu siswa yang memiliki keunggulan kompetensi dibandingkan dengan siswa lain di kelasnya.

4. Tahap-tahap Penggunaan Tutor Sebaya

Dalam melakukan pembelajaran tutor sebaya perlu tahu bagaimana penggunaan tutor sebaya yang tepat. Miller (Arikunto 2006, hlm. 248) menuliskan saran penggunaan tutor sebaya sebagai berikut ini.

- a. Mulailah dengan tujuan yang jelas dan mudah dicapai.
- b. Jelaskan tujuan itu kepada seluruh siswa (kelas), misalnya agar pelajaran suatu pelajaran dapat mudah dipahami.
- c. Siapkan bahan dan sumber belajar yang memadai.
- d. Gunakan cara yang praktis.
- e. Hindari kegiatan pengulangan yang telah dilakukan guru.
- f. Pusatkan kegiatan tutorial pada keterampilan yang akan dilakukan tutor.
- g. Berikan latihan singkat mengenai yang akan dilakukan tutor.
- h. Lakukanlah pemantauan terhadap proses belajar yang terjadi melalui tutor sebaya.
- i. Jagalah agar siswa yang menjadi tutor tidak sombong.

Seperti yang dipaparkan di atas bahwa dalam penggunaan tutor sebaya pembelajaran harus benar-benar terkonsep agar mudah dimengerti oleh tutorial dan mampu menyampaikan materi kepada temannya dengan lebih mudah, dalam penggunaan tutor sebaya jangan sampai yang menjadi tutor itu memiliki sikap sombong, itu pasti berdampak buruk kepada temannya sehingga ia merasa tinggi hati dan merasa paling bisa.

5. Manfaat Tutor Sebaya

Dobos, dkk. (1999) mengemukakan bahwa manfaat dari pembelajaran tutor sebaya adalah meningkatkan motivasi, yaitu untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran maupun 'produk' pengajaran. Bruffee (1999) mengemukakan bahwa manfaat tutor sebaya sebagai peningkatan rasa tanggung jawab seseorang atas upaya belajar, yaitu meningkatkan penguasaan proses belajar-mengajar dan proses pembelajaran dan konstruk-konstruk pengetahuan.

Djamarah dan Zain (2010, hlm. 26) mengemukakan beberapa manfaat dari tutor sebaya yaitu sebagai berikut.

- a. Ada kalanya hasilnya lebih baik bagi beberapa anak yang mempunyai perasaan takut atau enggan kepada guru.
- b. Bagi tutor, pekerjaan tutoring akan mempunyai akibat memperkuat konsep yang sedang dibahas. Dengan memberitahukan kepada anak lain, maka seolah-olah ia menelaah serta menghafalkannya kembali.
- c. Bagi tutor merupakan kesempatan untuk melatih diri memegang tanggung jawab dalam mengemban suatu tugas dan melatih kesabaran.

- d. Mempererat hubungan antara sesama siswa sehingga mempertebal perasaan sosial.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa manfaat tutor sebaya secara umum yaitu untuk memberi umpan balik dan dukungan terhadap siswa, tidak menakutkan siswa, dapat memotivasi siswa, serta fleksibel dan responsible.

6. Kelebihan dan Kekurangan Metode Tutor Sebaya

Menurut Suryo dan Amin (1982, hlm. 51), beberapa kelebihan metode tutor sebaya adalah sebagai berikut.

- a. Adanya suasana hubungan yang lebih dekat dan akrab antara siswa yang dibantu dengan siswa sebagai tutor yang membantu.
- b. Bagi tutor sendiri, kegiatan remedial ini merupakan kesempatan untuk pengayaan dalam belajar dan juga dapat menambah motivasi belajar.
- c. Bersifat efisien, artinya bisa lebih banyak yang dibantu.
- d. Dapat meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepercayaan diri.

Adapun kekurangan metode tutor sebaya menurut Kusumasari (2007, hlm. 8) adalah sebagai berikut.

- a. Siswa yang dipilih sebagai tutor dan berprestasi baik belum tentu mempunyai hubungan baik dengan siswa yang dibantu.
- b. Siswa yang dipilih sebagai tutor belum tentu bisa menyampaikan materi dengan baik.

Dengan melihat kelebihan dari metode tutor sebaya, mengarahkan pada kesimpulan bahwa metode tutor sebaya dapat menimbulkan sebuah kekuatan/penguatan (*reinforcement*) baik bagi siswa yang dibantu maupun siswa yang membantu dalam mengkonstruksi pengetahuan/konsep, karena tutor sebaya dibangun dengan jalinan kedekatan dari kasih sayang. Dengan demikian penerapan metode tutor sebaya dalam pembelajaran akan dapat meningkatkan prestasi belajar.

Walaupun memiliki beberapa kelebihan, metode tutor sebaya pun tidak luput dari kekurangan. Namun kelebihan yang dimiliki metode tutor sebaya dapat menjadi bekal dalam mewujudkan sebuah pendekatan yang mungkin berbeda dan inovatif dari pembelajaran yang sebelumnya sering dilakukan. Hal ini sangat

tergantung pada upaya dan kemauan guru, siswa dan personal pendidikan lainnya untuk mengatasinya.

Penerapan metode tutor sebaya dalam pembelajaran gerak dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli tentunya lebih mengefisienkan waktu dalam melatih siswa yang masih kurang dalam melakukan gerak dasar *passing* bawah dan tentu memberi kebebasan kepada siswa untuk lebih terampil.

7. Pembelajaran Permainan Bola Voli Gerak Dasar *Passing* Bawah dengan Metode Tutor Sebaya

Dalam penelitian yang dilakukan pembelajaran bola voli gerak dasar *passing* bawah dengan menggunakan metode tutor sebaya. Pembelajaran bola voli gerak dasar *passing* bawah dengan menggunakan metode tutor sebaya ini diharapkan dapat memfasilitasi berbagai gaya belajar siswa dan dapat menciptakan pembelajaran yang bermakna bagi diri siswa. Berikut ini merupakan langkah-langkah pembelajaran bola voli gerak dasar *passing* bawah dengan menggunakan metode tutor sebaya.

- a. Guru dan siswa melakukan pemanasan.
- b. Guru melakukan apersepsi dengan cara tanya-jawab dengan siswa.
- c. Guru memilih beberapa siswa yang mempunyai prestasi paling tinggi untuk menjadi tutor.
- d. Guru melatih tutor untuk lebih menguasai gerak dasar *passing* bawah dengan benar dan memberi pengarahan tentang tugas mereka sebagai tutor.
- e. Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok, di setiap kelompok terdapat seorang tutor.
- f. Guru memberi penjelasan tentang permainan yang akan dilakukan dalam kelompok.
- g. Guru meminta setiap kelompok untuk membentuk lingkaran kecil dengan tutor berada di tengah lingkaran tersebut.
- h. Setiap siswa dalam kelompoknya melakukan gerak dasar *passing* bawah yang dipimpin oleh tutornya masing-masing.
- i. Tutor mengarahkan anggota dalam kelompoknya untuk melakukan gerak dasar *passing* bawah dengan benar.

- j. Anggota kelompok secara bergiliran melakukan *passing* bawah dengan tutornya.
- k. Setiap kelompok dipandu oleh tutornya untuk melakukan gerak dasar *passing* bawah.
- l. Guru dan siswa melakukan pelepasan.
- m. Guru dan siswa menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan.

Pembelajaran bola voli gerak dasar *passing* bawah dengan menggunakan metode tutor sebaya ini mencoba untuk memicu keterlibatan aktif siswa dalam pembelajaran, sehingga pembelajaran yang dilakukan dapat memenuhi paradigma *student centered*. Tidak hanya guru yang berkuasa atas pembelajaran, tetapi siswa pun memiliki andil untuk mencari pemahaman sendiri tentang materi yang ada dalam pembelajaran.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Beberapa hasil penelitian yang relevan sebagai acuan untuk melakukan penelitian tindakan kelas, sebagai berikut:

- 1) Sopendi (2011) melakukan penelitian yang berjudul "meningkatkan gerak dasar bola voli dalam melakukan *passing* bawah melalui pembelajaran bola melewati tali di kelas V SDN Cikandang Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang". Tujuan dari penelitian ini untuk memperoleh temuan baru mengenai upaya peningkatan keterampilan dasar *passing* bawah pada pembelajaran bola voli melalui media voli dan dapat dijadikan landasar dalam upaya pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih efektif dan efisien. Dari tiga siklus yang dilaksanakan hasil akhir dari penelitian tersebut adalah sebanyak 95% siswa mampu melakukan dengan kriteria standar *passing* yang dilakukan peneliti.
- 2) Penelitian yang dilakukan Arjangi (2010) dengan judul "Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasar Regulasi-Diri". Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif metode pembelajaran tutor sebaya terhadap belajar berdasar regulasi-diri. Metode pembelajaran tutor teman sebaya mempunyai kontribusi sebesar 17,4

persen dalam meningkatkan hasil belajar berdasar regulasi-diri pada mahasiswa. Penelitian ini membuktikan bahwa pembelajaran aktif bisa dilakukan tanpa harus melibatkan banyak tenaga pengajar. Selain itu, proses pembelajaran bisa dimaksimalkan dengan potensi yang ada, diantaranya melalui tutor teman sebaya.

- 3) Catur (2012) melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Menggunakan Model Bermain dengan Memanfaatkan Tutor Sebaya (*Peer Learning*) Siswa Kelas X Teknik Otomasi Industri SMK PGRI Singosari”. Hasil penelitian ini terbukti meningkatkan keterampilan siswa dari tiap pertemuan. Hasil observasi awal (*pre-test* I) dari keempat aspek keterampilan *passing* bawah bola voli dengan jumlah persentase 64%, pada hasil pelaksanaan siklus I (*post-test* I) jumlah persentase 84%. Pada hasil pelaksanaan siklus II (*post-test* II) jumlah persentase 98%, dan suasana akademik yaitu Pembelajaran Aktif Kreatif Efektif dan Menyenangkan (PAKEM) tercipta dengan adanya siswa yang merasa senang dengan metode pembelajaran dan model permainan yang diberikan. Peneliti menyimpulkan bahwa model bermain dengan memanfaatkan tutor sebaya (*peer learning*) dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas X TOI SMK PGRI Singosari.

Sesuai dengan ketiga penelitian di atas, pembelajaran dengan tutor sebaya dapat meningkatkan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli. Dengan demikian, peneliti berpendapat bahwa pembelajaran dengan tutor sebaya dapat meningkatkan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli siswa kelas V SDN Malingping di Kecamatan Cisitu.

F. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan rumusan dan pemecahan masalah di atas, maka dirumuskan hipotesis tindakan sebagai berikut:

Jika metode pembelajaran tutor sebaya diterapkan dalam pembelajaran gerak dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli, maka kemampuan gerak dasar *passing* bawah bola voli siswa di kelas V SDN Malingping, Kecamatan Cisitu, Kabupaten Sumedang akan meningkat.