

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pendidikan

a. Pengertian Pendidikan

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam mengembangkan kualitas manusia. Menurut UU No. 20 Tahun 2003 (dalam Suherman, 2011, hlm.

1) tentang sistem pendidikan nasional adalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Menurut Yudiana & Subroto (2010, hlm. 23) menjelaskan bahwa

Pendidikan adalah proses menolong, membimbing, mengarahkan, dan mendorong individu agar tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahap-tahap perkembangannya, sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Tujuan utama Pendidikan adalah Mengembangkan individu menjadi individu-individu yang kreatif, berdaya-cipta, dan yang dapat menemukan atau Discover.

Menurut Poerbakawatja & Harahap (dalam Sagala, 2006, hlm. 3)

Dalam arti luas pendidikan meliputi semua perbuatan dan usaha dari generasi tua untuk mengalihkan pengertahannya, pengalamannya, kecakapannya, dan ketrampilannya dalam generasi muda sebagai usaha menyiapkan agar dapat memenuhifungsi hidupnya baik jasmaniah maupun rohaniah. Artinya pendidikan adalah usaha secara sengaja dari orang dewasa untuk dengan pengaruhnya meningkatkan si anak ke kedewasaan yang selalu diartikan mampu menimbulkan tanggung jawab moral dari segala pembuatannya.

Jadi pendidikan adalah proses pembelajaran yang dibutuhkan manusia untuk mengarahkan, membimbing, memperbaiki dan mengembangkan potensi dirinya. Sehingga memiliki kekuatan spriritual keagamaan, kecerdasan, akhlak mulia dan mampu menjadi individu yang kreatif dan manjadi makhluk sosial yang bisa hidup bermasyarakat dengan lingkungannya.

Tujuan pendidikan yang hendak dicapai yaitu memberikan kemampuan dasar pada setiap individu dalam mengembangkan kehidupan sebagai pribadi, anggota masyarakat dan warga negara yang baik, baik itu dari segi fisik, moral, sikap dan nilai guna untuk memenuhi kebutuhan dan kesejahteraan dirinya.

2. Hakikat Belajar dan Pembelajaran

a. Pengertian Belajar

Setiap orang tua akan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak mereka. Orang tua begitu bahagia ketika melihat anak mereka tumbuh dan berkembang dengan baik, dari mulai berdiri sendiri dan kemudian mulai berjalan. Rasanya ada kesenangan tersendiri begitu melihat sang buahhati sudah mulai bertumbuh dan berkembang. Salah satunya adalah ketika mereka sudah mulai bisa belajar, baik yang diajarkan di rumah ataupun di sekolah. Sekolah bisa diibaratkan rumah kedua bagi anak-anak. Selain orang tua di rumah, guru juga merupakan orang tua kedua bagi anak.

Untuk memperoleh pengertian yang objektif tentang belajar terutama belajar di sekolah, perlu dirumuskan secara jelas pengertian belajar.

Menurut Suyono & Hariyanto (2011, hlm. 9) “Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkat ketrampilan, memperbaiki perilaku, sikap, dan mengokohkan kepribadian”. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Hernawan, Asra, & Dewi (2007, hlm. 2) yang menyatakan bahwa “Belajar adalah proses perubahan perilaku, dimana perubahan perilaku tersebut dilakukan secara sadar dan bersifat menetap, perubahan perilaku tersebut meliputi perubahan dalam hal kognitif, afektif, dan psikomotor”.

Tanpa kita sadari interaksi setiap hari merupakan proses belajar yang tidak kita rencanakan, tidak selamanya belajar harus disadari oleh pelaku belajar. Seringkali seseorang yang belajar tidak disertai dengan maksud tujuan yang jelas, dampak dari belajar dapat kita lihat ketika seseorang mulai adanya perubahan perilaku dalam dirinya dan ketika mereka berinteraksi aktif dengan temannya maupun lingkungannya.

Seperti pendapat yang dikemukakan oleh Slameto (2003, hlm. 2) mengemukakan bahwa “Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi lingkungannya”.

Sedangkan Menurut Piaget (dalam Mulyanto, 2014, hlm. 1) ‘Belajar adalah interaksi individu yang dilakukan terus menerus dengan lingkungan yang menyebabkan fungsi intelektual individu semakin berkembang’.

Menurut Sagala (2006, hlm. 12) berpendapat tentang pengertian belajar adalah

Untuk mengkap isi dan pesan belajar, maka dalam belajar tersebut individu menggunakan kemampuan pada ranah-ranah: (1) kognitif yaitu kemampuan yang berkenaan dengan pengetahuan, penalaran atau pikiran terdiri dari kategori pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan evaluasi; (2) afektif yaitu kemampuan yang mengutamakan perasaan, emosi, dan reaksi yang berbeda dengan penalaran yang terdiri dari kategori penerimaan, partisipasi, penilaian/penentuan sikap, organisasi, dan pembentukan pola hidup; dan (3) psikomotor yaitu kemampuan yang mengutamakan keterampilan jasmani yang terdiri dari persepsi, kesiapan, gerakan terbimbing, gerakan biasa, gerakan kompleks, penyesuaian pola gerakan dan kreatifitas.

Dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi proses tumbuh kembang individu dan berperan penting dalam pembentukan perilaku yang meliputi kognitif, afektif dan psikomotor baik dengan dirinya sendiri maupun lingkungan sekitar.

b. Teori-teori Belajar

Dalam kegiatan pembelajaran, keterlibatan peserta didik secara aktif amat dipentingkan. Untuk menarik minat dan meningkatkan retensi belajar perlu mengaitkan pengetahuan baru dengan struktur kognitif yang telah dimiliki peserta didik.

Teori perkembangan Piaget (dalam Budiningsih, 2012, hlm. 34) mengemukakan bahwa ‘Perkembangan kognitif merupakan suatu proses genetik, yaitu suatu proses yang didasarkan atas mekanisme biologis perkembangan system syaraf dengan makin bertambahnya umur seseorang, maka makin komplekslah susunan sel syarafnya dan makin meningkat pula kemampuannya’.

Berikut adalah beberapa teori belajar yang diutarakan oleh para pakar:

1. Teori Gestalt

Koffka & Kohler (dalam Slameto, 2003, hlm. 9) mengemukakan bahwa 'Dalam belajar yang penting adalah adanya penyesuaian pertama yaitu memperoleh response yang tepat untuk memecahkan problem yang dihadapi. Belajar yang penting bukan mengulangi hal-hal yang harus dipelajari, tetapi mengerti atau memperoleh *insight*'.

2. Teori J. Brunner

Brunner (dalam Slameto, 2003, hlm. 11) mengemukakan bahwa 'Dalam proses belajar mementingkan partisipasi aktif dari tiap peserta didik, dan mengenal dengan baik adanya perbedaan kemampuan'.

3. Teori Piaget

Piaget (dalam Slameto, 2003, hlm. 13) mengemukakan bahwa 'Perkembangan intelektual terjadi proses yang sederhana seperti melihat, menyentuh, menyebut nama benda dan sebagainya. Dan adaptasi yaitu suatu rangkaian perubahan yang terjadi pada tiap individu sebagai hasil interaksi dengan dunia sekitarnya'.

4. Teori R. Gagne

Gagne (dalam Slameto, 2003, hlm. 13) mengemukakan bahwa 'Mulai masa bayi manusia mengadakan interaksi dengan lingkungan, tetapi baru dalam bentuk "*sensori-motor coordination*". Kemudian ia mulai berbicara dan menggunakan bahasa. Kesanggupan untuk menggunakan bahasa ini penting artinya untuk belajar'.

Dari pendapat yang di kemukakan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa proses belajar akan berjalan dengan baik dan kreatif jika guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menemukan suatu konsep, teori, aturan atau pemahaman melalui contoh-contoh yang ia jumpai dalam kehidupannya.

c. Prinsip-prinsip Belajar

Sebagai calon guru/ pembimbing seharusnya sudah dapat menyusun sendiri prinsip-prinsip belajar, yaitu prinsip belajar yang dapat dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang berbeda dan oleh setiap peserta didik secara individual.

Untuk menghasilkan kegiatan belajar mencapai hasil yang diinginkan di perlukan pengetahuan tentang prinsip-prinsip belajar. Lebih lanjut lagi menurut Hernawan, Asra & Dewi (2007, hlm. 2) prinsip-prinsip belajar sebagai berikut.

1. Adanya perbedaan individual dalam belajar
2. Prinsip perhatian dan motivasi
3. Prinsip keaktifan
4. Prinsip keterlibatan langsung
5. Prinsip balikan dan penguatan

Prinsip belajar dengan salah satunya yaitu adanya perbedaan individual dalam belajar misalnya, karakter peserta didik setiap anak tidaklah sama. Maka dari itu sebagai pembimbing hendaklah kita mengetahui dan memahami karakter masing-masing peserta didik dengan baik. Mengajar tidak hanya memberikan materi kepada peserta didik saja melainkan kita juga menyayangi, memahami, dan dapat membimbing peserta didik agar menjadi lebih baik dalam belajar maupun dalam bertingkah laku.

Prinsip perhatian dan motivasi artinya dalam kegiatan belajar misalnya peserta didik diberikan materi oleh gurunya, guru harus dapat membuat peserta didik perhatian terhadap materi yang diberikannya juga meningkatkan motivasi peserta didik dalam menerima materi pelajaran.

Prinsip keaktifan artinya belajar secara aktif baik mental maupun fisik, prinsip ini menuntut peserta didik dalam belajar mengalami aktivitas mental, misalnya peserta didik dapat mengembangkan kemampuan intelektualnya, kemampuan berfikir kritis, kemampuan menganalisis, kemampuan mengucapkan pengetahuannya dan sebagainya.

Prinsip keterlibatan langsung artinya peserta didik dapat terlibat dalam proses belajar, misalnya pelajaran di sekolah di hubungkan dengan kehidupan yang nyata di masyarakat. Bentuk-bentuk kehidupan di masyarakat di bawa ke sekolah, agar peserta didik mempelajarinya sesuai kenyataannya. Bila peserta didik telah selesai pendidikannya dan bekerja di masyarakat ia tidak akan merasa canggung lagi karena terbiasa dilakukan di sekolah.

Prinsip balikan dan penguatan artinya semua pelajaran yang diberikan kepada peserta didik perlu diintegrasikan, sehingga peserta didik memiliki pengetahuan yang terintegrasi. Dalam proses belajar-mengajar, guru mempunyai tugas untuk

mendorong, membimbing dan memberikan fasilitas belajar bagi peserta didik untuk mencapai tujuan. Agar peserta didik dapat mencapai tujuan tersebut maka prinsip balikan dan penguatan adalah hal yang sangat di perlukan yang akan bermanfaat bagi peserta didik.

Menurut Slameto (2003, hlm. 27) prinsip-prinsip belajar sebagai berikut.

- a. Berdasarkan persyaratan yang diperlukan untuk belajar
- b. Sesuai hakikat belajar
- c. Sesuai materi/bahan yang harus dipelajari
- d. Syarat keberhasilan belajar

Belajar berdasarkan prasyarat artinya belajar yang perlu interaksi peserta didik dengan lingkungannya agar dapat meningkatkan minat dan membimbing untuk mencapai tujuan intruksional.

Belajar sesuai hakikat belajar artinya belajar adalah suatu proses kontinguitas (hubungan antara pengertian yang satu dengan pengertian yang lain), sehingga mendapatkan pengertian yang diharapkan, stimulus yang diberikan mendapatkan response yang diharapkan.

Belajar sesuai materi yang dipelajari artinya belajar bersifat keseluruhan dan materi itu haruslah memiliki struktur, penyajian yang sederhana, sehingga peserta didik mudah menangkap pengertiannya.

Belajar sebagai syarat keberhasilan artinya belajar itu memerlukan sarana dan prasarana yang cukup agar peserta didik dapat belajar dengan tenang disertai rasa keingintahuan yang tinggi. Dalam proses belajar, misalnya dalam pembelajaran penjas tiga aspek yakni pengetahuan, praktek, dan sikap sangatlah di perlukan. Untuk itu agar mendapatkan hasil yang diinginkan perlu dilakukan berulang-ulang agar mendapat perhatian yang mendalam bagi peserta didiknya.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa calon guru/pembimbing harus sudah mempunyai perinsip-prinsip belajar yang dimana apabila suatu kondisi pembelajaran sudah tidak efektif dan kondusif, disitu guru harus dapat mengembalikan suasana belajar yang nyaman agar materi yang akan di sampaikan kepada peserta didik dapat di terima dengan baik.

d. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran pada hakikatnya adalah proses komunikasi transaksional antara guru dan peserta didik dimana dalam proses tersebut bersifat timbal balik, proses transaksional juga terjadi antara peserta didik. Komunikasi transaksional adalah bentuk komunikasi yang dapat diterima, dipahami dan disepakati oleh pihak-pihak yang terkait dalam proses pembelajaran.

Menurut Hamalik (dalam Hernawan, 2007, hlm. 3) 'Pembelajaran adalah prosedur dan metode yang ditempuh oleh pengajar untuk memberikan kemudahan bagi peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar secara aktif dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran'.

Sedangkan menurut Surya (dalam Hermawan, 2007, hlm. 3) 'Pembelajaran adalah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya'.

Dari pendapat yang di kemukakan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran penekanannya pada kegiatan belajar peserta didik yang telah dirancang oleh guru melalui usaha yang terencana melalui prosedur atau metode tertentu agar terjadi proses perubahan perilaku secara komprehensif yang terpenting dalam proses pembelajaran ini adalah perlunya komunikasi timbal balik (transaksional) antara guru dan peserta didik, peserta didik dengan peserta didik baik itu secara langsung maupun tidak langsung atau melalui media.

Menurut Dedi (2003) "Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi guru dan peserta didik yang saling bertukar informasi". Sedangkan menurut Warsita (2008, hlm. 85) "Pembelajaran adalah suatu usaha untuk membuat peserta didik belajar atau suatu kegiatan untuk membelajarkan peserta didik".

UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas Pasal 1 Ayat 20 (dalam Rusman, 2013, hlm. 93) 'Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar'. Sedangkan Menurut Seidel dkk. (dalam Suherman, 2011, hlm. 9) bahwa 'Pembelajaran pendidikan jasmani yang baik adalah pembelajaran pendidikan jasmani yang memberikan

kesempatan yang leluasa kepada anak didiknya untuk menjelajahi ruang pemahaman dan penguasaan konsep gerak beserta prinsip-prinsip mekaniknya’.

Sudjana (dalam Rusman, 2013, hlm. 94) ‘Pembelajaran dapat diartikan sebagai setiap upaya yang sistematis dan sengaja untuk menciptakan agar terjadi kegiatan interaksi edukatif antara dua pihak, yaitu antara peserta didik (warga belajar) dan pendidik (sumber belajar) yang melakukan kegiatan membelajarkan’.

Menurut Sagala (2006, hlm. 61) “Pembelajaran ialah membelajarkan peserta didik menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar merupakan teori utama keberhasilan pendidikan”.

Corey (dalam Sagala, 2006, hlm. 61) menyatakan bahwa ‘Pembelajaran adalah suatu proses dimana lingkungan seseorang secara sengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi khusus atau menghasilkan respons terhadap situasi tertentu, pembelajaran merupakan subset khusus dari pendidikan’.

Dimiyati & Mudjiono (dalam Sagala, 2006, hlm. 62) menyatakan bahwa ‘Pembelajaran adalah kegiatan guru secara terprogram dalam desain instruksional, untuk membuat peserta didik belajar aktif, yang menekankan pada penyediaan sumber belajar’.

Menurut Trianto (2010, hlm.17) “Pembelajaran merupakan aspek kegiatan manusia yang kompleks, yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan”. Pembelajaran secara simpel dapat diartikan sebagai produk interaksi berkelanjutan antara pengembangan dan pengalaman hidup. Pembelajaran dalam makna kompleks adalah usaha sadar dari seorang guru untuk membelajarkan peserta didiknya (mengarahkan interaksi peserta didik dengan sumber belajar lainnya) dalam rangkai mencapai tujuan yang diharapkan.

Di sisi lain pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, tetapi sebenarnya mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar agar peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat memengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seorang peserta didik, namun proses pengajaran ini memberi kesan

hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan pengajar saja. Sedangkan pembelajaran menyiratkan adanya interaksi antara pengajar dengan peserta didik.

3. Hakikat Pendidikan jasmani

a. Hakikat Pendidikan Jasmani

Manusia merupakan makhluk individu berupa kesatuan antar jasmani dan rohani. Salah satu yang harus di kembangkan dalam kehidupan adalah kesehatan jasmani karena dengan jasmani yang sehat akan dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik. Oleh karena itu di dalam pendidikan sangat diperlukan adanya pendidikan jasmani agar manusia sejak dini dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat dan segar jasmaninya, sesuai dengan tahap perkembangannya.

Seperti yang dikemukakan oleh Rosdiani (2013, hlm. 41) 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. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia, hubungan dari perkembangan fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan keseluruhan, pada hakikatnya menurut Cholik & Lutan (1996, hlm. 13) “Pada hakikatnya pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara peserta (anak) didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya”.

Hakikat pendidikan jasmani menurut Rosdiani (2013, hlm. 63) menyatakan “Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan

yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional”.

Berdasarkan pengertian pendidikan jasmani menurut beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis diarahkan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

b. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dalam proses pendidikan. Pendidikan jasmani bukan hanya sekedar pembelajaran yang ada di sekolah untuk membuat anak berketertarikan. Tapi pendidikan jasmani sangat penting di berikan untuk peserta didik dengan arahan yang baik. Dengan pendidikan jasmani peserta didik dapat mengembangkan hidup sehat, mengembangkan sikap sosial, sehat fisik dan mentalnya.

Menurut James A. Baley & David A. Field (dalam Rosdiani, 2013, hlm.111) ‘Pendidikan jasmani adalah salah satu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuskuler, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani’.

Seperti yang dikemukakan oleh 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 ketrampilan jasmani, kecerdasan, dan pembentukan watak serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Menurut Rosdiani (2013, hlm. 23) “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Menurut Susilawati (2010, hlm. 3) menjelaskan bahwa

Pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak, yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Salah satu definisi pendidikan jasmani yang patut dikemukakan adalah definisi yang dilontarkan pada Lokakarya Nasional tentang Pembangunan Olahraga pada tahun 1981 Abdul Gafur, yang dikembangkan oleh penulis Cholikh Mutohir 1992 (Cholikh & Lutan, 1996, hlm.14) sebagai berikut.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh, namun memperoleh keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, peserta didik disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Oleh karena itu tidaklah mengherankan apabila banyak yang meyakini dan mengatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan menyeluruh, dan sekaligus memiliki potensi yang strategis untuk mendidik.

Seperti yang diungkapkan oleh Sukintaka (dalam Suherman, 2011, hlm. 7) bahwa 'Pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju Indonesia seutuhnya'.

Jadi, dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani atau olahraga, yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat dan media yang digunakannya adalah gerak insani, gerak manusia yang dilakukan secara sadar. Gerakan itu dirancang secara sadar oleh guru dan

diberikan pada peserta didik dalam situasi pembelajaran agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

c. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Tujuan pendidikan jasmani menurut Rosdiani (2013, hlm. 26) “Memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan moral”.

Secara sederhana menurut Rosdiani (2013, hlm. 34) pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk :

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan ketrampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai ketrampilan gerak dasar yang akan mendorong pertispasinya 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 ketrampilan sosial yang memungkinkan peserta didik berfungsi secara afektif dalam hubungan antar orang.
- 6) Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani termasuk permainan olahraga.

Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan tak kalah pentingnya dalam domain afektif. (Rosdiani, 2013, hlm. 34). Berikut akan dipaparkan ulasannya.

Psikomotor merupakan hal-hal yang berkaitan dengan keterampilan gerak. Didalam pendidikan jasmani, pengembangan psikomotorik secara umum dapat diarahkan pada dua tujuan utama, pertama mencapai perkembangan aspek kebugaran jasmani, dan kedua, mencapai perkembangan aspek perseptual motorik. (Rosdiani, 2013). Hal ini menekankan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani melibatkan aktivitas fisik yang mampu merangsang kemampuan kebugaran jasmani serta bersifat pembentukan penguasaan gerak keterampilan itu sendiri. Dalam pendidikan jasmani domain psikomotor diantaranya berlari, melompat, bermain, memukul, kekuatan (otot), daya tahan (jantung dan paru-

paru), kelentukan (otot dan persendian), kecepatan, kelincahan, koordinasi, power, keseimbangan dan lain-lain yang jelas aktivitas jasmani berhubungan langsung dengan olah tubuh.

Domain yang kedua adalah domain kognitif. Domain kognitif berkaitan dengan segala hal yang menyangkut aktivitas otak termasuk didalamnya menyangkut pengetahuan, pemahaman, analisis, kemampuan mengingat dan lain-lain. Aspek kognitif dalam pendidikan jasmani, tidak saja menyangkut penguasaan pengetahuan faktual semata, tetapi meliputi pula pemahaman terhadap gejala gerak dan prinsipnya misalnya sebelum melakukan pembelajaran lari maka peserta didik diberitahu secara teknik atau teori tentang cara berlari yang baik dan benar, kemudian pada pelaksanaan praktek berlari peserta dapat melakukan teknik berlari dengan baik dengan kata lain peserta didik sudah memahami tentang bagaimana teknik berlari.

Domain afektif berkaitan dengan sikap dan nilai, domain afektif mencakup perilaku seperti perasaan, sikap, emosi, nilai yang tercermin dalam sikap peserta didik seperti disiplin, kerjasama, sportivitas, kejujuran, semangat, tanggung jawab, dan lain-lain. Pada dasarnya domain afektif tidak tampak secara langsung akan tetapi tercermin dari berbagai tingkah laku peserta didik. Di pembelajaran penjas domain afektif menjadi suatu penilaian yang tidak kalah pentingnya karena menyangkut sikap dan perilaku peserta didik yang akan berdampak pada sikap pribadi individu dalam kehidupan sehari-hari maupun di lingkungan masyarakat.

Oleh karena itu, tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan pribadi setiap individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga kognitif dan afektifnya harus seimbang.

d. Ruang Lingkup Pendidikan jasmani

Departemen Pendidikan Nasional memaparkan ruang lingkup pendidikan jasmani (Depdiknas 2006, hlm. 175) mencakup tentang :

- 1) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non lokomotor dan manipulatif, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, atletik, dan bela diri serta aktivitas lainnya.

- 2) Aktivitas 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 bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- 6) Pendidikan di luar kelas meliputi: piknik/karya wisata, 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 indera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

4. Permainan Bola Voli

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli sudah berkembang dalam masyarakat Indonesia, permainan bola voli cukup digemari oleh berbagai kalangan masyarakat dari anak-anak hingga orang dewasa, laki-laki maupun perempuan baik di perkotaan maupun di pedesaan. Hal tersebut disebabkan karena olahraga bola voli peralatan yang digunakan sangat sederhana dan mudah didapatkan, sarana yang digunakan pun cukup umum hanya menggunakan bola, net dan lapangan yang digunakan bisa memakai halaman atau pekarangan warga yang kosong.

Sebagaimana pendapat Somantri & Sujana (2009, hlm. 22) yang menyatakan bahwa “Permainan bola voli merupakan salah satu permainan yang digemari oleh masyarakat mulai dari masyarakat pedesaan sampai masyarakat perkotaan”.

Sedangkan menurut Yudiana & Subroto(2010, hlm. 36) permainan bola voli adalah “Permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu”.

Menurut Anandita (2010, hlm. 18) “Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Setiap grup memiliki 6 orang pemain”. Sementara menurut Simon & Saputra (2007, hlm. 136) “Permainan bola

voli adalah permainan beregu yang menggunakan media bola sebagai instrumen yang dimainkan dengan seluruh anggota badan mulai dari kaki hingga kepala”.

Permainan bola voli dimainkan oleh dua regu yang setiap regu berusaha untuk dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangan lawan. Bola boleh dipukul dengan tangan maupun anggota tubuh lainnya dengan pantulan yang sempurna dengan peraturan yang telah ditetapkan.

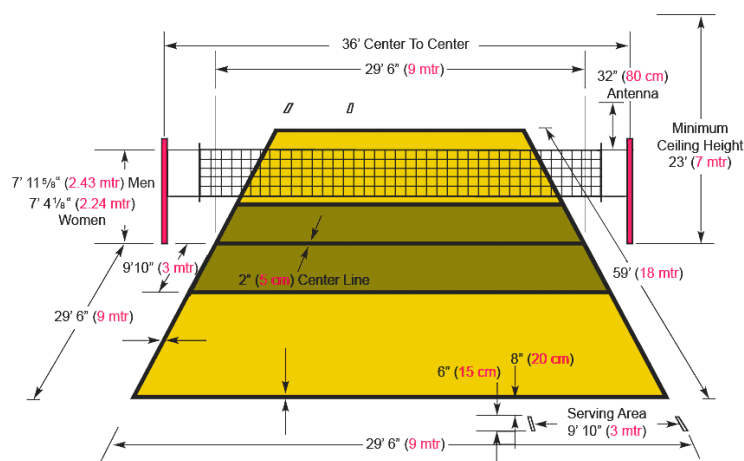
Jadi kesimpulannya Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu beranggotakan oleh enam orang. Permainan dimulai pada saat satu regu dapat memantul-mantulkan bola yang dioper kearah lapang lawan melewati atas jaring dan masuk ke dalam batas lawan lapangan permainan. Permainan bola voli bisa dikatakan permainan yang memantul-mantulkan bola.

Permainan bola voli sendiri salah satu materi pembelajaran yang terdapat pada kurikulum tingkat satuan pendidikan pada tingkat sekolah dasar kelas tinggi. Dalam proses pembelajaran bola voli, peserta didik harus menguasai gerak dasar atau keterampilan dasar dalam permainan bola voli melalui suatu latihan secara bertahap. Latihan bola voli di sekolah dasar bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan keterampilan gerak dasar pada permainan bola voli.

b. Perlengkapan permainan bola voli

1) Lapangan

Untuk olahraga permainan bola voli, lapangan yang digunakan memiliki ukuran 9 meter x 18 meter. Garis batas serang buat pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring). Garis tepi lapangan ialah 5 cm. Garis sampingnya memiliki ukuran panjang 18 meter. Sementara garis serangnya memiliki lebar 3 meter. Lebar lapangan voli ialah 9 meter.



Gambar 2.1
Lapangan Bola Voli
Sumber :

<http://teknikor.blogspot.com/2014/10/gambar-lapangan-bola-voli.html>

Keterangan :

- (1). Tinggi tiang net : 2,55 meter (Dua setengah meter lima lebih)
- (2). Tinggi Net Untuk Laki-laki (Man) : 2.43 meter
- (3). Tinggi Net Untuk Perempuan (women) : 2.24 meter
- (4). Lebar Net : 1 meter
- (5). Panjang Net : 9.5 meter
- (6). Mata jala net : 10 centimeter
- (7). Pita Bagian tepi atas net : 5 centimeter
- (8). Pita samping net : 5 centimeter
- (9). Jarak Tiang Net Dengan pinggir lapangan : 0.6 meter
- (10). Tinggi Antenna : 80 cm

2) Bola

Bola harus bulat terbuat dari kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis. Warna bola harus satu warna atau kombinasi dari beberapa warna. Bahan kulit sintetis dan kombinasi warna pada bola dipergunakan pada pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar FIVB.

Keliling bola 64 – 67 cm dan beratnya 260 – 280 gm, tekanan didalam bola harus 0,39 – 0,325 kg/cm² (4,26 – 4,61 Psi) (294,3 – 318,82 mbar/hpa).



Gambar 2.2
Bola voli

3) Net

Ketinggian net yang tepat bagi pemain putri adalah 2,24 meter dan untuk pria dan permainan tinggi netnya 2,43 meter. Bagian yang sah dari net adalah yang berada di antara kedua garis pinggir (Anandita, 2010, hlm.19)



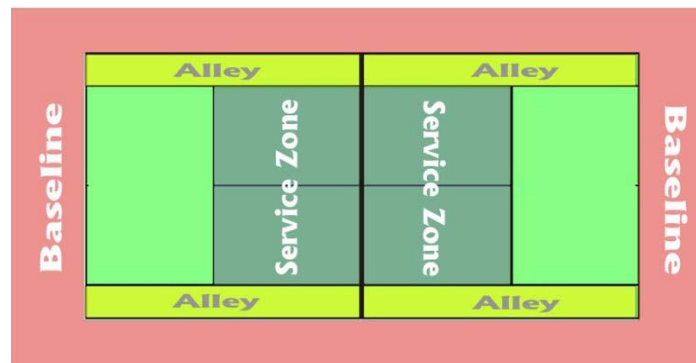
Gambar 2.3
Net Bola Voli

4) Garis Serang

Garis serang yang sejajar dengan garis tengah dan berjarak 3 meter dari garis tengah. (Anandita, 2010, hlm.19)

5) Daerah Servis

Daerah servis adalah daerah di luar garis belakang sebelah kanan yang berukuran sepertiga lapangan dan dengan lebar 6 kaki. Apabila daerah yang diperlukan ini tidak ada, seorang pemain yang hendak melakukan servis dikenakan untuk melakukannya di dalam bidang pertandingan sampai pada jarak yang diperlukan. (Anandita, 2010, hlm.19).



Gambar 2.4
Daerah Servis Bola Voli

6) Antene Rod

Di dalam pertandingan permainan bola voli yang sifatnya nasional maupun internasional, di atas batas samping jaring dipasang tongkat atau rod yang menonjol ke atas setinggi 80 cm dari tepi jaring atau bibir net. Tongkat itu terbuat dari bahan fibergelas dengan ukuran panjang 180 cm dengan diberi warna kontras.



Gambar 2.5
Antene Rod Bola Voli

c. Gerak Dasar Permainan Bola Voli

Untuk dapat memainkan permainan bola voli dengan baik peserta didik harus bisa memahami terlebih dahulu gerakan dasar permainan bola voli sebelum melaksanakan praktik dilapangan. Adapun teknik dasar dalam permainan bola voli adalah *service*, *passing*, umpan (*Set-Up*), *smash (spike)* dan bendungan (*block*).

1) servis

Menurut Simon & Saputra (2007, hlm. 136) “ *Service* adalah kemampuan melewatkan bola di atas net dengan menggunakan salah satu tanganya. Servis merupakan pukulan pertama untuk memulai permainan bola voli”. Ada dua macam servis dalam permainan bola voli yaitu servis bawah dan servis atas.

a) Servis bawah

Servis bawah merupakan servis dengan awalan bola berada di tangan yang tidak memukul bola (Somantri & Sujana, 2009, hlm. 23). Servis bawah merupakan servis paling sederhana, sehingga umumnya dilakukan oleh pemain bola voli pemula.

b) Servis atas

merupakan servis yang dilakukan oleh pemain bola voli dengan cara memukul bola dengan ayunan tangan dari atas (Somantri & Sujana, 2009, hlm. 24). Servis atas biasa dilakukan oleh para pemain yang sudah terbiasa bermain bola voli.

2) Passing

Passing merupakan sikap seseorang pada saat menerima bola kemampuan seseorang untuk melakukan passing sangat diperlukan, karena dengan melakukan passing yang baik sebuah tim dapat menyerang lawan dengan baik, yang pada akhirnya dapat memenangkan pertandingan Somantri & Sujana (2009, hlm. 26). Passing secara umum di kelompokkan menjadi dua bagian, yaitu passing bawah dan passing atas.

a) Passing Bawah

Melakukan passing bawah normal, terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu sikap permulaan, gerak pelaksanaan, serta gerak lanjutan (Somantri & Sujana, 2009, hlm. 26). Menggunakan passing bawah jika arah datangnya bola dari lawan lebih rendah dari bahu.

b) Passing Atas

Passing atas adalah cara memainkan bola di atas depan dahi dengan menggunakan kedua jari tangan (Yudiana & subroto, 2010, hlm.47). passing atas di gunakan untuk memainkan bola yang datang dari lawan maupun kawan sereru dimana bola datangnya melambung.

c) Umpan (Set-Up)

Umpan dalam permainan bola voli merupakan hal yang sangat vital untuk dapat memenangkan permainan. Umpan merupakan cara menyajikan bola kepada teman satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat diserang ke daerah lawan dalam bentuk smash (Somantri & Sujana, 2009, hlm. 29).

Umpan dalam permainan bola voli terdiri dari beberapa macam, yaitu umpan normal, umpan semi, umpan dorong (push), umpan pull atau quick, serta umpan pull straight.

d) Smash (*Spike*)

Smash (*spike*) merupakan hal yang sangat penting dilakukan oleh seorang pemain untuk melakukan serangan terhadap lawan dengan tujuan agar pemain lawan segera mati atau berhenti. Smash merupakan pukulan yang utama dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan smash ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan melompat yang tinggi serta pukulan yang keras (Somantri & Sujana, 2009, hlm. 31). Bola smash menghasilkan bola jatuh menukik tajam ke lapang lawan, sehingga lawan sulit untuk mendapatkan bola.

e) Bendungan (Block)

Dalam sebuah permainan bola voli block sangat dibutuhkan dalam permainan bola voli karena block dapat menahan serangan dari lawan yang dapat membahayakan atau mematikan permainan.

Somantri & Sujana (2009, hlm. 35) mengatakan bahwa, “Block dalam permainan bola voli pemain serangan dan pertahanan merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan”. Demikian pula halnya dengan permainan bola voli.

f) Libero

Libero adalah pemain bertahan yang bebas keluar dan masuk, tetapi tidak boleh men-smash bola ke sebrang net (Anandita, 2010, hlm. 24).

Tugas seorang libero adalah bertahan dari serangan lawan dan bertahan dengan cara passing bawah atau passing atas untuk bertahan supaya permainan tidak mati di daerah permainan yang libero pertahankan.

5. Pengertian Servis Bawah

a. Pengertian Servis

Servis adalah pukulan pertama untuk mengawali permainan. Servis dilakukan dari daerah servis masuk ke bidang lapangan lawan melewati atas net. Pada awalnya servis hanya merupakan penyajian bola pertama untuk mengawali permainan. Dalam perkembangan bola voli modern, servis merupakan serangan pertama untuk memperoleh angka. Cara melakukan servis terentang dari mulai yang sederhana hingga yang paling kompleks dan dapat menyulitkan atau mematikan permainan lawan. (Subroto & Yudiana, 2010, hlm. 52).

Sedangkan menurut Asmara (2010, hlm. 52) “Servis digunakan untuk mengawali permainan bola voli, servis ada dua macam yaitu servis yang dilakukan dari atas dan servis yang dilakukan dari bawah untuk peserta didik biasanya menggunakan servis bawah dahulu”.

Servis dilakukan dengan beberapa cara, di antaranya dengan melambungkan bola terlebih dahulu sebelum bola dipukul, atau bisa juga dilakukan dengan cara melatakan bola disalah satu tangan dan dipukul oleh tangan yang lain.

Servis adalah sebuah tindakan awal untuk memulai suatu permainan dalam bola voli. Walaupun pada dasarnya dalam tindakan ini tidak hanya sekedar untuk memulai sebuah permainan, tapi bisa merupakan serangan awal yang cepat dan mematikan yang dilakukan pertama kali oleh pemain dalam sebuah regu yang melakukan service (servis). Terkadang bola yang melancur cepat ke arah lapangan regu lain tidak bisa dibendung sehingga bagi tim atau regu yang melakukan servis bisa mendapat poin atau nilai.

Menurut Dieter (2005, hlm. 9) “Servis ini mula-mula dianggap sebagai pukulan permulaan saja. Cara melempar bola untuk memulai, tetapi servis ini kemudian berkembang sebagai suatu senjata ampuh untuk menyerang, dan servis ini merupakan teknik dasar yang tidak boleh kita abaikan, malah sebaiknya kita harus latih baik secara terus menerus”.

Servis pada awalnya hanya dapat di artikan memulai pertandingan tetapi saat ini servis bisa di jadikan serangan dalam permainan bola voli dan dapat mendapatkan nilai dari servis yang dilakukan, dalam hal ini, servis yang baik

yaitu servis yang langsung dapat mematikan permainan lawan atau menyulitkan lawan agar tidak dapat melakukan serangan dengan baik.

b. Pengertian Servis Bawah

Servis bawah adalah cara servis dengan mengayunkan lengan dari arah bawah kemudian memukul bola dengan genggaman tangan.

Menurut Subroto & Yudiana (2010, hlm. 52) “Servis ini merupakan servis yang paling sederhana, dan banyak dilakukan oleh pemain pemula. Ciri bola hasil pukulan servis adalah melambung, sehingga bagi pemain yang sudah memiliki keterampilan tinggi, menerima bola dari servis ini sangat mudah”.

Servis bawah, yakni servis dengan awalan bola berada di tangan yang tidak memukul bola. Tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah. (Anandita, 2010, hlm. 25)

Servis bawah adalah cara melakukan pukulan permukaan dari daerah/tempat servis dengan memukul bola dengan tangan di samping sebagai usaha menghidupkan bola dalam permainan.



Gambar 2.6
Gerakan Servis Bawah

c. Teknik Servis Bawah

Sikap Permulaan Menurut yudiana & Subroto (2010, hlm. 53) cara melakukan servis bawah yaitu

1. Sikap permulaan

Berdiri di daerah servis menghadap ke lapangan lawan, kaki kiri di depan (bagi yang tidak kidal) dan sebaliknya bagi yang kidal. Bola dipegang tangan kiri, telapak tangan kanan mengepal atau terbuka. Lutut sedikit di tekuk, titik berat badan di tengah.

2. Pelaksanaan

Bola dilambungkan di depan pundak kanan setinggi kurang lebih 30cm, pada saat bersamaan tangan kanan ditarik ke belakang, kemudian di ayunkan ke arah bola dan mengenai bagian bawah bola. Pada saat perkenaan, lengan dan tangan ditegangkan .

3. Gerak Lanjut

Setelah bola dipukul, segera pindahkan berat badan ke depan dengan cara melangkah kaki kanan ke depan dan segera memasuki lapangan permainan untuk siap memainkan bola berikutnya.

d. Kegunaan Teknik Servis Bawah

Berikut ini adalah kegunaan servis bawah dalam permainan bola voli :

- 1) Untuk memulai permainan dengan servis.
- 2) Untuk melawan lawan yang berupa serangan/smash.
- 3) Untuk pengambilan poin dari lawan.

e. Kesalahan Dalam Teknik Servis Bawah

Adapun beberapa kesalahan dalam melakukan teknik servis bawah:

- 1) Peserta didik tidak memperhatikan gerak dasar servis bawah .
- 2) Melambungkan bola tidak lurus atau tidak melambung.
- 3) Posisi akhiran tangan sesudah melakukan servis.
- 4) Bola tidak masuk atau tidak melewati net.

6. Alat dan Media Pembelajaran

Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Menurut Sudin & Saptani (2009, hlm. 4) ”Media adalah segala sesuatu yang dapat diindra yang berfungsi sebagai perantara/ sarana/ alat/ untuk proses komunikasi (proses belajar mengajar)”. Sedangkan Menurut Nasution (dalam Rohman & Amri, 2013, hlm.156).

media pembelajaran menurut (1) Gagne, media pembelajaran sebagai komponen sumber belajar di lingkungan peserta didik yang dapat merangsang peserta didik untuk belajar, (2) Briggs, media pembelajaran adalah wahan fisik yang mengandung materi pelajaran, dan (3) Wilbur Schran, media pembelajaran adalah teknik pembawa informasi atau pesan pembelajaran.

Media pembelajaran menurut Sudin & Saptani (2009, hlm. 5) “Adalah sarana komunikasi dalam proses belajar mengajar yang berupa perangkat keras maupun

perangkat lunak untuk mencapai proses dan hasil pembelajaran secara efektif dan efisien, serta tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan mudah”.

Menurut Rohman & Amri (2013, hlm. 156) “Media pembelajaran secara umum adalah segala alat pengajaran yang digunakan untuk membantu guru dalam menyampaikan materi pelajaran kepada peserta didik dalam proses belajar-mengajar sehingga memudahkan pencapaian tujuan pembelajaran yang sudah dirumuskan”.

Memilih media untuk proses pembelajaran merupakan suatu tindakan strategis, karena bisa mempercepat proses pembelajaran peserta didik. Tetapi, dalam memilih, menetapkan, dan membuat media pembelajaran harus diperhatikan secara cermat.

Manfaat media dalam proses pembelajaran secara umum adalah untuk memperlancar proses interaksi antar guru dan peserta didik, memberikan motivasi belajar peserta didik, mengaktifkan respon peserta didik, sehingga membantu peserta didik belajar secara optimal.

Media pembelajaran merupakan segala bentuk perangsang dan alat yang disediakan guru untuk mendorong peserta didik belajar secara cepat, tepat, mudah, benar dan tidak terjadinya verbalisme. Media pembelajaran memiliki berbagai manfaat dalam proses pembelajaran peserta didik.

Seperti yang di kemukakan Azhar Arsyad (dalam Rohman & Amri, 2013, hlm. 158) manfaat media pembelajaran dalam proses belajar peserta didik yaitu :

- 1) Pembelajaran akan lebih menarik perhatian peserta didik sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar;
- 2) Bahan pembelajaran akan lebih jelas maknanya sehingga dapat lebih dipahami oleh peserta didik dan memungkinkannya menguasai dan mencapai tujuan pembelajaran
- 3) Metode mengajar akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui punuturan kata-kata oleh guru, sehingga tidak bosan dan guru tidak kehabisan tenaga, apalagi kalo guru mengajar pada setiap pembelajaran;
- 4) Peserta didik dapat lebih banyak melakukan kegiatan belajar sebab hanya mendengarkan uraian guru, tetapi juga aktivitas lain seperti mengamati, melakukan, mendemonstrasikan, memerankan, dan lain-lain.

Dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa alat dan media pembelajaran dibutuhkan oleh peserta didik agar peserta didik lebih senang dan lebih bersemangat dalam melakukan pembelajaran, meningkatkan daya tarik

peserta didik terhadap pelajaran, tujuan pembelajaran akan lebih mudah dicapai, alat dan media dapat memberikan pengetahuan yang dapat digunakan sebagai alat pengingat bagi peserta didik pada pembelajaran tersebut.

Atas dasar kepentingan pendidikan jasmani terutama gerak dasar servis bawah dalam permainan bola voli serta perkembangan hal-hal yang berkaitan dengan pemilihan media, fungsi media, dan jenis media maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang : “Meningkatkan gerak dasar servis bawah permainan bola voli melalui pengembangan alat dan media yang bervariasi pada peserta didik kelas IV SDN SuntenjayaKecamatan Tanjung siang Kabupaten Subang”.

7. Pembelajaran Servis Bawah Bola Voli melalui alat dan media yang bervariasi

Dalam kegiatan pembelajaran di sekolah diusahakan mencari alternatif strategi pembelajaran yang bervariasi, dengan harapan dapat memberikan pelayanan belajar kepada peserta didik sesuai dengan kebutuhan, kemampuan, kesempatan dan kecepatan belajar setiap peserta didik. Usaha-usaha tersebut untuk mempercepat perluasan kesempatan belajar dan penentuan segala sumber belajar yang tersebar dilingkungannya. Salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi peserta didik dalam belajar adalah alat-alat pelajaran atau yang biasa disebut dengan media pembelajaran.

Setelah menjelaskan kajian teori tentang permainan bola voli khususnya servis bawah serta alat dan media pembelajaran, selanjutnya peneliti akan menjelaskan tentang pembelajaran alat dan media yang bervariasi yang digunakan untuk praktik gerak dasar servis bawah permainan bola voli. Metode mengajar yang dimaksud oleh peneliti yaitu cara atau langkah-langkah yang di tempuh untuk mengajarkan suatu bahan pelajaran. Dalam metode mengajar gerak dasar servis bawah permainan bola voli peneliti berasumsi bahwa, yang diberi pelajaran adalah peserta didik yang sama sekali belum dapat melakukan gerak dasar servis bawah dengan benar. Oleh karena itu, peneliti harus memulai dari awal pengajaran bagian-bagian dari servis bawah permainan bola voli, mulai dari sikap awal, pelaksanaan servis bawah, dan sikap akhir.

Tahap pelaksanaan pembelajaran servis bawah permainan bola voli melalui pengembangan alat dan media yang bervariasi adalah sebagai berikut.

a. Tahap persiapan

Dalam persiapan ini, guru menyiapkan perencanaan pembelajaran, alat, media yang dipakai dalam pembelajaran servis bawah permainan bola voli, serta mengkondisikan lapangan bola voli untuk siap melaksanakan pembelajaran.

b. Tahap penyajian

Menyiapkan perlengkapan pembelajaran servis bawah permainan bola voli melalui pengembangan alat dan media yang bervariasi. Untuk alat dan media yang diperlukan adalah sebagai berikut.

- 1) Peluit
- 2) Bola Plastik
- 3) Bola Karet
- 4) Bola voli sebenarnya
- 5) Tali Rapih
- 6) Net voli dengan ketinggian yang bertahap
- 7) Lapangan bola voli
- 8) Menyediakan kertas kerja sebagai laporan pengamatan.

Berikut adalah gambar media yang digunakan :



Gambar 2.7
Peluit

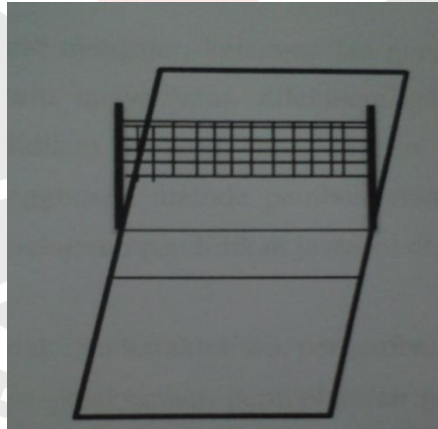
(<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Fox-40-whistle.jpg>)



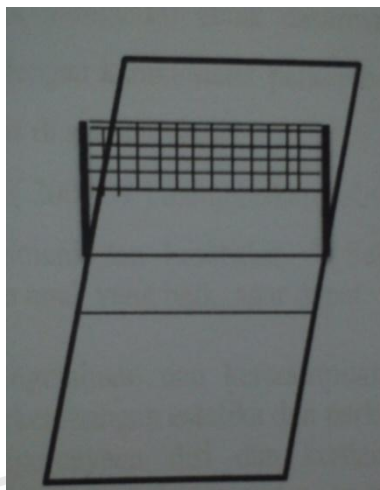
Gambar 2.8
Bola plastik



Gambar 2.9
Bola voli asli



Gambar 2.10
Ketinggian net 1,5 meter



Gambar 2.11
Ketinggian net 2 meter

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Dalam kegiatan penelitian yang peneliti laksanakan peneliti mengkaji penelitian yang relevan sebagai bahan pembandingan, seperti hasil penelitian di halaman berikutnya

- 1) Penelitian yang dilakukan Yopi Rosdiana pada tahun 2005 dengan judul “Pembelajaran servis atas bola voli melalui alat dan media yang bervariasi pada peserta didik kelas V SDN Nanggasari Kecamatan Pagerageung Kabupaten Tasikmalaya”. Masalah yang melatarbelakangi penelitian ini adalah peserta didik kurang mengenal gerak dasar servis atas yang benar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik dalam melakukan servis atas bola voli. Pada siklus I memperoleh 75%, meningkat pada siklus II menjadi 100% dan pada siklus III 100%. Pada kinerja guru tahap pelaksanaan siklus I memperoleh 66,7% meningkat siklus II menjadi 95,24% dan pada siklus III 100%. Hasil belajar peserta didik tiap siklus mengalami peningkatan pada siklus 1 memperoleh 15% pada siklus II 60% dan pada siklus III 100%.
- 2) Penelitian tindakan kelas yang dilakukan oleh Ukan Sukarsa pada tahun 2009 dengan judul “Upaya meningkatkan pembelajaran menggiring bola melalui modifikasi alat dan media pada permainan sepak bola di SD Negeri Sukarasa I Kecamatan Ujungjaya Kabupaten Sumedang”. Yang melatar belakangi penelitian ini adalah karena pembelajarannya terlalu monoton dan peserta

didik merasa takut oleh bola sepak yang sebenarnya. Untuk mengatasi masalah tersebut peneliti memodifikasi alat dan media pembelajaran, dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan menggiring bola. Hasilnya belajar peserta didik dengan menggunakan modifikasi alat dan media meningkat.

- 3) Penelitian yang dilakukan oleh Rodiyah pada tahun 2011 dengan judul “Meningkatkan keterampilan dasar passing atas dengan alat yang bervariasi dalam permainan bola voli mini pada peserta didik kelas IV SD Negeri Dawuan Kecamatan Tengahtani Kabupaten Sumedang”. Masalah yang melatarbelakangi penelitian ini adalah sebagian guru pendidikan jasmani menggunakan metode komando yang membuat peserta didik menjadi lebih pasif. Untuk mengatasi masalah tersebut peneliti melakukan pembelajaran passing atas dengan menggunakan alat yang bervariasi. Dengan menggunakan alat yang bervariasi hasil belajar peserta didik meningkat secara signifikan dengan metode dan cara yang mudah didapat. Adapun presentase ketuntasan peserta didik setiap siklusnya sebagai berikut : pada siklus I terdapat 60,44%, siklus II 72% dan siklus III mencapai 92%.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan uraian di atas, maka dirumuskanlah hipotesis tindakan sebagai berikut. “Jika pengembangan alat dan media yang bervariasi diterapkan dalam pembelajaran gerak dasar servis bawah pada peserta didik kelas IV SDN Suntenjaya Kecamatan Tanjungsang Kabupaten Subang pada materi permainan bola voli, maka hasil belajar peserta didik akan meningkat”.