



**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASING BOLA VOLI  
MELALUI MEDIA BANTU TEMBOK PADA SISWA  
KELAS VIIID SMP NEGERI 1 NGAWEN  
KABUPATEN BLORA 2015**

**SKRIPSI**

**Diajukan dalam rangka Penyelesaian studi Strata 1  
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang**

oleh

**Dwi Sugiyanto  
6101411232**



**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2016**

## ABSTRAK

**Dwi Sugiyanto.**2016. Meningkatkan Hasil Belajar Pasing Bola Voli Melalui Media Bantu Tembok Pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing : Agus Pujiyanto, S.Pd.,M.Pd.

Kata kunci: Pembelajaran, Pasing Bola Voli, Media Bantu Tembok.

Penelitian ini dilakukan karena rendahnya kemampuan siswa dalam pembelajaran bola voli khususnya materi pasing bawah dan pasing atas. Rata-rata nilai kelas yang tidak mencapai KKM 44 %. Sehingga pembelajaran ini diperlukan model pembelajaran melalui media bantu tembok pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora untuk meningkatkan hasil belajar pasing bola voli. Adapun permasalahan dalam penelitian ini “Apakah pembelajaran pasing dalam permainan bola voli melalui media bantu tembok dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen?”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar pasing bola voli melalui media bantu tembok bagi siswa kelas VIII D di SMP Negeri 1 Ngawen.

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus. Siklus I dilakukan satu kali pertemuan dan siklus II dilaksanakan 1 kali pertemuan, dimana setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan dan refleksi. Subyek penelitian ini adalah kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora. Pelaksanaan penelitian siklus I dilakukan pada hari selasa tanggal 24 November 2015 sedangkan penelitian siklus II dilakukan pada hari selasa tanggal 26 Januari 2016. Dari 36 siswa yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan metode observasi dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui adanya peningkatan pembelajaran pasing bola voli melalui media bantu tembok dengan hasil persentase ketuntasan pada setiap siklus dan setiap aspek. Pada hasil siklus I, aspek psikomotor mencapai 26,3%, aspek kognitif mencapai 19,9%, aspek afektif mencapai 14,6% dengan jumlah siswa 36 yang tuntas sebanyak 14 siswa dengan persentase sebanyak 38,9%. Sedangkan untuk siklus II, aspek psikomotor mencapai 35,56%, aspek kognitif mencapai 20,16%, aspek afektif mencapai 18,32% dengan jumlah siswa 36 yang tuntas sebanyak 27 siswa dengan persentase sebanyak 75%

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penggunaan media bantu tembok dapat meningkatkan hasil belajar pasing bola voli pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora dengan persentase ketuntasan mencapai 75%. Saran yang diberikan oleh peneliti terkait dengan hasil penelitian adalah model pembelajaran dengan menggunakan media bantu tembok bisa dijadikan materi alternatif oleh guru penjasorkes untuk meningkatkan hasil belajar pasing bola voli melalui media bantu tembok dalam permainan bola voli.

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

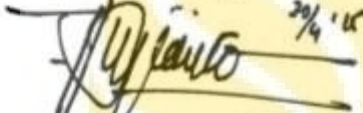
Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan dalam siding Panitia Ujian Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, pada :

Hari :

Tanggal :

Mengetahui,

Dosen Pembimbing

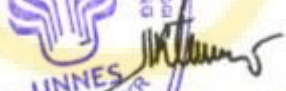
  
Agus Purjanto, S.Pd., M.Pd.  
NIP.197302022006041001


Yang Mengajukan

  
Dwi Sugiyanto  
NIM 6101411232

Mengesahkan

Ketua Jurusan PJKR

  
Drs. Mulyo Hartono, M. Pd.  
NIP.19610903 198803 1 002

  
**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Dwi Sugiyanto

Nim : 6101411232

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul : Meningkatkan Hasil Belajar Pasing Bola Voli Melalui Media Bantu Tembok Pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora 2015

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan hasil karya ilmiah saya sendiri dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan. Pendapat atau temuan orang lain dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi sesuai aturan yang berlaku.

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Semarang, 20 April 2016

Yang Menyatakan



Dwi Sugiyanto

NIM 6101411232

## PENGESAHAN

Telah dipertahankan dihadapan sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Nama : Dwi Sugiyanto

Nim : 6101411232

Judul : Meningkatkan Hasil Belajar Pasing Bola Voli Melalui Media Bantu Tembok Pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora 2015

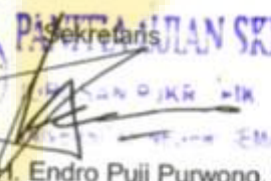
Pada Hari : Kamis


Tanggal : 26 Mei 2016

Panitia Ujian



  
Tandyo Rahayu, M.Pd.  
NIP. 19610320 198403 2 001



  
Drs. H. Endro Puji Purwono, M.Kes.  
NIP. 19590315 198503 1 003

Dewan Penguji

1. Dr. Heny Setyawati, M.Si  
NIP. 19670610 199203 2 001
2. Dra. Edang Sri Hanani, M.kes.  
NIP. 19590603 198403 2 001
3. Agus Pujiyanto, S. Pd., M. Pd.  
NIP. 19730202 200604 1 001


## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

- ❖ Orang boleh pandai setinggi langit, tapi selama ia tidak menulis, ia akan hilang di dalam masyarakat dan dari sejarah (Pramoedya Ananta Toer).

### PERSEMBAHAN

Skripsi saya persembahkan buat :

1. Yang tercinta kedua orang tua saya : Bapak Tarjiman dan Ibu Sulastri, terimakasih atas doa dan semangat yang telah bapak/ibu berikan
2. Yang tercinta kakak saya : Widodo Arianto terimakasih atas doa dan semangat yang telah diberikan .
3. Teman-teman PJKR angkatan 2011 dan almamater FIK UNNES tercinta

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah atas berkat rahmat serta hidayah Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Meningkatkan Hasil Belajar Pasing Bola Voli Melalui Media Bantu Tembok Pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora 2015. Dengan demikian penulis juga dapat menyelesaikan studi program Sarjana, di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, maka penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tiada terhingga, diantaranya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dorongan dan semangat serta ijin penelitian untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Agus Pujianto, S.Pd.,M.Pd selaku Pembimbing yang telah memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepala Sekolah SMP N 1 Ngawen yang telah memberikan ijin penelitian.
6. Guru Pendidikan Jasmani SMP N 1 Ngawen yang telah berkenan sebagai ahli pembelajaran dan banyak membantu dalam penyelesaian penelitian ini.
7. Siswa kelas VIII D yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.

8. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PJKR, FIK, UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini.
9. Bapak, Ibu, serta kakak tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materiil serta doa restu demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah membalas kebaikan bapak/ibu sekalian dengan pahala yang berlipat ganda dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

Semarang, Juli 2016

Peneliti





## DAFTAR ISI

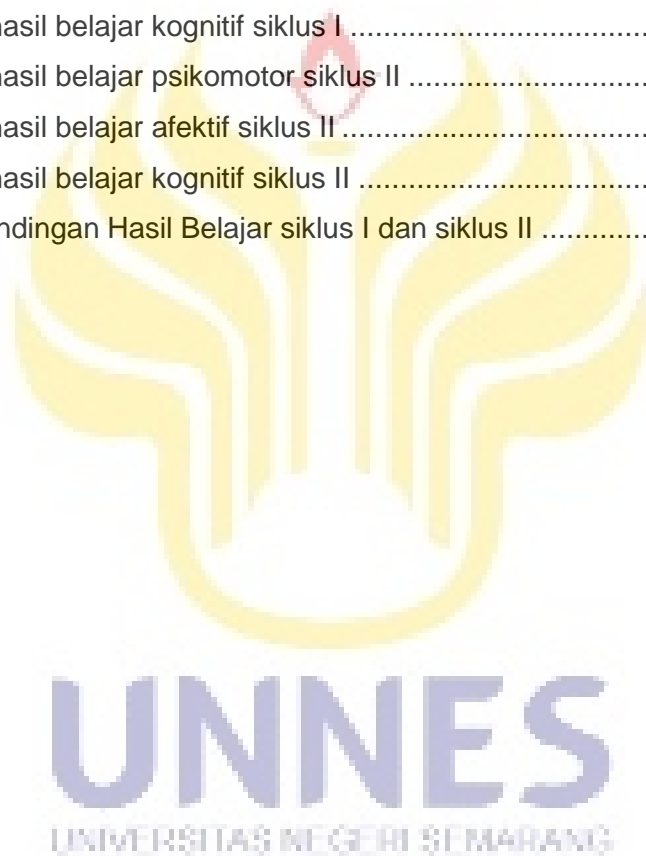
	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
PENGESAHAN .....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....	7
2.2 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	10
2.3 Pengertian Belajar .....	12
2.4 Pengertian Pembelajaran .....	13
2.5 PAIKEM.....	15
2.6 Perkembangan Fisik Anak Besar.....	17
2.7 Perkembangan Kemampuan Gerak dan Minat Melakukan Aktivitas Fisik pada Anak Besar .....	17
2.8 Hakekat Bermain .....	18
2.9 Hakekat Pengertian Bola Voli .....	22
2.10 Tehnik Dasar Permainan Bola Voli .....	23
2.11 Tehnik Dasar Pasing Bawah .....	31
2.12 Tehnik Dasar Pasing Atas.....	33
2.13 Peraturan Permainan Bola Voli .....	34
2.14 Pembelajaran Pasing Bola Voli Melalui Media Bantu Tembok .....	37
2.15 Kerangka Berfikir .....	40
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Subyek Penelitian.....	43
3.2 Objek Penelitian .....	43
3.3 Waktu Penelitian .....	43

3.4 Lokasi Penelitian .....	43
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	43
3.6 Prosedur Penelitian .....	44
3.7 Instrumen Pengumpulan Data .....	55
3.8 Analisis Data .....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian.....	58
4.2 Pembahasan .....	73
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	77
5.2 Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	80



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kriteria Keberhasilan.....	57
2. Data hasil belajar psikomotorsiklus I .....	60
4. Data hasil belajar afektif siklus I .....	61
5. Data hasil belajar kognitif siklus I .....	62
6. Data hasil belajar psikomotor siklus II .....	68
7. Data hasil belajar afektif siklus II .....	69
8. Data hasil belajar kognitif siklus II .....	70
9. Perbandingan Hasil Belajar siklus I dan siklus II .....	71



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gerakan Servis Tangan Bawah .....	25
2. Posisi tangan dan gerakan teknik passing bawah ....	26
3. Rangkaian gerakan passing bawah .....	26
4. Rangkaian gerakan passing atas .....	28
5. Rangkaian gerakan smash .....	30
6. Rangkaian gerakan bendungan .....	31
7. Bola Voli .....	38
8. Skema Permainan .....	39
9. Diagram Alur Penelitian .....	45
10. Diagram persentase hasil siklus I .....	62
11. Diagram persentase ketuntasan siklus I .....	63
12. Diagram persentase hasil siklus II .....	70
13. Diagram ketuntasan siklus II .....	70
14. Diagram perbandingan siklus I dan siklus II .....	72

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Usulan Tema dan Judul .....	82
2. Surat Keterangan Dosen Pembimbing .....	83
3. Surat Ijin Penelitian .....	84
4. Surat Keterangan Penelitian Siklus I .....	85
5. Surat Keterangan Penelitian Siklus II .....	86
6. Standar Kompetensi dan Kompetensi dasar.....	87
7. RPP Siklus I .....	91
8. Rekapitulasi Hasil Belajar Aspek Psikomotorik, Aspek Kogitif dan Aspek Afektif Siklus I.....	104
9. Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus I.....	105
10. Hasil Belajar Aspek Psikomotorik Siklus I.....	106
11. Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus I.....	107
12. RPP Siklus II .....	108
13. Rekapitulasi Hasil Belajar Aspek Psikomotorik, Aspek Kogitif dan Aspek Afektif Siklus II.....	122
14. Hasil Belajar Aspek Afektif Siklus II .....	123
15. Hasil Belajar Aspek Psikomotorik Siklus II.....	124
16. Hasil Belajar Aspek Kognitif Siklus II .....	125
17. Instrumen Aspek Kognitif.....	126
18. Daftar Siswa.....	129
19. Daftar Nilai Siswa.....	130
20. Pedoman Wawancara .....	131
21. Hasil Wawancara .....	132
22. Silabus .....	133
23. Dokumentasi .....	137

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Permainan bola voli disekolah merupakan bagian tak terpisahkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Alasan mendasar yang menjadikannya permainan bola voli sebagai materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah adalah tuntutan kurikulum pendidikan. Pertimbangannya bahwa permainan bola voli dapat menjadi salah satu media yang tepat dalam rangka mewujudkan tujuan pendidikan pada umumnya dan tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada khususnya.

Permainan bola voli merupakan salah satu permainan olahraga yang merupakan materi teori dan praktek yang tercantum dalam kurikulum sekolah melalui mata pelajaran umum yakni pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Materi bola voli diberikan pada semua jenjang pendidikan yakni pendidikan dasar dan menengah serta pendidikan tinggi. Hal ini dimaksudkan agar siswa mampu memiliki pengetahuan dan pemahaman serta keterampilan tentang permainan bola voli itu sendiri. Selain itu melalui permainan bola voli diharapkan siswa dapat mengembangkan sikap sportif terutama dapat meningkatkan kesehatan jasmani.

Materi pembelajaran permainan bola voli di sekolah khususnya pada tingkat SMP dilaksanakan berdasarkan kaidah-kaidah pembelajaran, yang sasaran utamanya adalah peningkatan keterampilan dasar serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya seperti disiplin, kerjasama, sportifitas, menghargai lawan dan toleransi.

Secara umum gerak dasar dalam permainan bola voli terbagi dalam dua bentuk, yakni gerak tanpa bola dan gerak dengan bola. Kedua jenis gerak dasar perlu dikuasai siswa. Jika siswa menguasai gerak dasar tersebut, maka dengan mudah mereka dapat melakukan permainan bola voli secara keseluruhan. Untuk itu, sedapat mungkin guru melaksanakan pembelajaran bermakna dan berkesan sehingga dapat merangsang aktivitas belajar siswa.

Adapun gerak dasar tanpa bola dalam permainan bola voli, seperti sikap, langkah, dan lompatan. Gerak dasar ini sangat berguna dan perlu dikuasai agar memudahkan untuk melakukan gerak dasar dengan menggunakan bola. Adapun gerak dasar dengan bola dalam permainan bola voli seperti *service*, *passing*, *smash*, dan *block*. Keempat jenis gerak dasar ini merupakan penentu mampu tidaknya bermain bola voli.

Mengingat betapa pentingnya menguasai gerak dasar tersebut, maka sebaiknya guru membelajarkan gerak dasar ini dengan baik agar siswa dapat bermain bola voli dengan baik pula. Tentu membelajarkan gerak dasar permainan bola voli tidak harus serentak atau keseluruhan diajarkan kepada siswa dalam satu kali pembelajaran, melainkan diajarkan secara terpisah dan berjenjang sesuai urutan tingkat kesukaran.

Salah satu gerak dasar permainan bola voli yang diajarkan di tingkat SMP adalah *passing* yang meliputi *passing* atas dan *passing* bawah. *Passing* diartikan sebagai penerima serangan dari lawan atau sebagai pengumpan. *Passing* merupakan tehnik yang harus dikuasai oleh pemain bola voli, oleh karena itu tehnik gerak dasar *passing* ini menjadi bagian tak terpisahkan dalam pembelajaran permainan bola voli disekolah khususnya pada jenjang SMP.

Dalam kurikulum SMP khususnya pada kelas VIII gerak dasar permainan bola voli yang diajarkan di antaranya adalah pasing bawah dan pasing atas. Pembelajaran permainan bola voli di kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora rata-rata belum mencapai ketuntasan. Kemampuan siswa yang rendah terhadap gerak dasar pasing bawah maupun pasing atas bola voli serta penguasaan materi yang kurang. Maka diperlukan cara alternatif pemecah masalah yang ada di kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen. Inilah yang menjadi pertimbangan guru penjasorkes dalam membelajarkan pasing bawah dan pasing atas bola voli.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Ngawen pada kelas VIII D, masih terdapat beberapa kendala yaitu dari proses kegiatan belajar mengajar, sarana dan prasarana, tehnik pasing bola voli yang menyebabkan hasil belajar kelas VIII D banyak yang belum mencapai ketuntasan.

Kebanyakan siswa kurang memperhatikan materi yang diajarkan khususnya materi pasing dalam bola voli yaitu pasing atas dan pasing bawah. Berdasarkan pengamatan masih ada beberapa siswa putri yang kurang aktif dan masih duduk – duduk dipinggir lapangan dibanding mencoba melakukan pasing bawah dan pasing atas disebabkan mereka takut mencoba karena tangannya kesakitan saat terkena bola voli.

Sedangkan dari sarana dan prasarana sendiri SMP Negeri 1 Ngawen mempunyai bola voli berjumlah 4 dan terdapat net voli 2, tiang net 2 berupa pipa besi. Sekolah mempunyai 2 lapangan yaitu lapangan sepak bola dan lapangan



bola voli (satu lapangan digunakan untuk olahraga bola basket dan tenis lapangan)

Hasil belajar dari materi bola voli yaitu pasing bawah dan pasing atas menunjukkan banyak siswa kelas VIII D yang nilainya masih dibawah kriteria ketuntasan minimum (KKM) yaitu 73. Dari satu kelas terdapat 36 murid terdiri dari 17 siswa perempuan dan 19 siswa laki – laki dan dari 36 siswa tersebut terdapat 11 siswa yang mendapat nilai diatas KKM dan 25 siswa yang mendapat nilai dibawah KKM, rata – rata nilai yaitu 71 dan persentase dari satu kelas hanya 44% siswa yang mengalami ketuntasan.

Hasil observasi dan wawancara kepada guru penjas kelas 8 bahwa siswa - siswi SMP Negeri 1 Ngawen kelas VIII D secara umum memiliki kemampuan menengah kebawah terutama dalam materi pembelajaran pasing bola voli, dalam pengamatan kelas VIII D memiliki minat dan motivasi yang kurang terhadap pelajaran pendidikan jasmani. Masih tampak beberapa siswa yang berbicara dengan temannya dan malas – malasan, banyak siswa yang mengeluh karena tangannya kesakitan saat melakukan pasing bawah dan pasing atas terutama siswa perempuan dan kurang adanya modifikasi permainan dalam materi bola voli sehingga siswa kurang tertarik dengan materi pembelajaran tersebut. Media yang digunakan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 1 Ngawen sangat terbatas dan belum mampu membangkitkan kesenangan siswa terhadap materi ajar.

Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang dapat digunakan dalam hal ini adalah pendekatan pembelajaran dengan menggunakan media bantu tembok yaitu suatu pendekatan pembelajaran yang dapat membantu siswa

mempelajari keterampilan dasar dalam tehnik dasar passing bawah dan passing atas. Media bantu berupa tembok akan membantu siswa lebih mudah melakukan passing bawah dan passing atas secara baik dibandingkan dengan teman yang keadaan sama- sama belum bisa melakukan passing bawah dengan baik dan benar, keunggulan menggunakan tembok sebagai media bantu siswa melakukan passing bawah dan passing atas adalah bola yang dihasilkan oleh pantulan tembok lebih stabil, karena pada permukaan tembok yang rata dibandingkan melakukan dengan teman yang kecenderungan belum bisa menguasai tehnik passing bawah dan passing atas. Dengan media bantu tersebut dapat memudahkan siswa dalam melakukan passing bawah dan passing atas dengan baik dan benar. Keadaan ini akan membantu menumbuhkan motivasi dan antusiasme terhadap materi ajar passing bawah.

Peneliti akan mencoba menggunakan media bantu tembok dalam pembelajaran passing bola voli pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen. Digunakannya pembelajaran media bantu tembok adalah untuk meningkatkan hasil latihan passing bola voli yang lebih baik dan sesuai tehnik yang benar. Dengan adanya penerapan media bantu dalam pembelajaran diharapkan dapat memecahkan atau memberi jalan keluar yang dihadapi guru dalam proses pembelajaran passing bawah dan passing atas bola voli. Tujuan menggunakan media bantu tembok pada pembelajaran passing bola voli adalah agar siswa menjadi suka, senang dan lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Dalam mengajarkan passing bola voli guru harus membuat rencana pelaksanaan pembelajaran terlebih dahulu, menyusun kelompok, gerakan tehnik dasar yang variatif sehingga membuat situasi pembelajaran yang lebih menyenangkan dalam pembelajaran passing bola voli.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang diteliti adalah : “ Apakah media bantu tembok dapat meningkatkan hasil belajar pasing bola voli pada siswa kelas VIII D di SMPN 1 Ngawen ?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar pasing bawah dan pasing atas dalam permainan bola voli melalui media tembok pada siswa kelas VIII D di SMPN 1 Ngawen.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Siswa**

1. Pada intinya adalah siswa dapat mengembangkan pengetahuan dan keterampilan bermain secara berkesinambungan
2. Dapat meningkatkan minat dan kemampuan pasing bawah dan pasing atas bola voli serta mendukung prestasi dalam bola voli

### **1.4.2 Bagi Guru Pendidikan Jasmani**

Dapat menambah ilmu pengetahuan yang sesuai dengan hasil penelitian, serta member informasi dalam membuat program pengajaran yang kreatif bagi guru untuk meningkatkan hasil pembelajaran.

### **1.4.3 Bagi sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu upaya dalam mewujudkan peningkatan pembelajaran penjasorkes di sekolah.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### 2.1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang ( Ega Trisna Rahayu, 2013:1)

Dengan pendidikan jasmani siswa dapat memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Pendidikan jasmani yang dalam bahasa Inggris disebut *Physical Education* merupakan bagian mutlak dari seluruh lingkup usaha pendidikan. Pendidikan jasmani bukanlah lawan dari pendidikan rohani tetapi pendidikan jasmani adalah usaha pendidikan yang menggunakan jasmani sebagai titik pangkal usahanya (Subagiyo,2008:16)

Pendidikan jasmani adalah latihan jasmani yang dimanfaatkan, dikembangkan, didayagunakan, dalam ruang lingkup pendidikan, baik sebagai

sarana, metode, dan merupakan bagian mutlak dari seluruh proses pendidikan (Subagiyono,2008:18)

Sedangkan menurut Samsudin (2008:2) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Pendidikan jasmani diyakini dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk : (1) berpartisipasi secara teratur dalam kegiatan olahraga; (2) pemahaman dan penerapan konsep yang benar tentang aktivitas – aktivitas tersebut agar dapat melakukannya secara aman; dan (3) pemahaman dan penerapan nilai – nilai yang terkandung dalam aktivitas – aktivitas tersebut agar terbentuk sikap dan perilaku positif, emosi stabil, dan gaya hidup sehat.

Menurut Adang Suherman (2000:17-22) dibedakan jadi dua sudut pandang, yaitu :

1. Pandangan Tradisional

Pandangan tradisional menganggap bahwa manusia itu terdiri dari dua komponen utama yang dapat dipilah-pilah, yaitu jasmani dan rohani. Pandangan ini menganggap bahwa pendidikan jasmani hanya semata-mata mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbang, atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Dengan kata lain pendidikan jasmani hanya sebagai pelengkap saja.

Pandangan pendidikan jasmani berdasarkan pandangan tradisional secara empirik menimbulkan salah kaprah dalam merumuskan tujuan, program pelaksanaan, dan penelitian pendidikan. Kenyataan menunjukkan bahwa

pelaksanaan pendidikan jasmani ini cenderung mengarah pada upaya memperkuat badan, memperhebat keterampilan fisik, atau kemampuan jasmaniahnya saja. Selain dari itu, sering juga pelaksanaan pendidikan jasmani ini justru mengabaikan kepentingan jasmani itu sendiri.

## 2. Pandangan Modern

Pandangan modern, atau sering juga disebut pandangan *holistik*, menganggap bahwa manusia bukan sesuatu yang terdiri dari bagian-bagian yang terpilah-pilah. Manusia adalah kesatuan dari berbagai bagian yang terpadu. Oleh karena itu pendidikan jasmani tidak dapat hanya berorientasi pada jasmani saja atau hanya untuk kepentingan satu komponen saja.

Pandangan *holistik* ini, pada awalnya kurang banyak memasukan aktivitas sport karena pengaruh pandangan sebelumnya, yaitu pada akhir abad 19, yang menganggap bahwa sport tidak sesuai di sekolah-sekolah. Namun tidak bisa dipungkiri *sport* terus tumbuh dan berkembang menjadi aktivitas fisik yang merupakan bagian integral dari kehidupan manusia. *Sport* menjadi populer, siswa menyenangkannya, dan ingin mendapatkan kesempatan untuk berpartisipasi di sekolah-sekolah hingga para pendidik seolah-olah ditekan untuk menerima sport dalam kurikulum di sekolah-sekolah karena mengandung nilai-nilai pendidikan. Sehingga pendidikan jasmani juga berubah, yang tadinya hanya menekankan pada *gimnastik* dan *fitness* menjadi lebih merata pada seluruh aktivitas fisik termasuk olahraga, bermain, rekreasi atau aktivitas lain dalam lingkup aktivitas fisik.

## 2.2. Tujuan Pendidikan Jasmani

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

### 1. Perkembangan Fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang.

### 2. Perkembangan Gerak

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerakan secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna.

### 3. Perkembangan Mental

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab.

### 4. Perkembangan Sosial

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

Pendidikan jasmani itu adalah wahana untuk mendidik anak. Para ahli sepakat, bahwa pendidikan merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat disepanjang hayatnya. Tujuan ini akan dicapai melalui penyediaan pengalaman langsung dan nyata berupa aktivitas jasmani.

Menurut Peraturan Pemerintah Nomer 19 Tahun 2005 tentang tujuan pendidikan jasmani adalah :

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. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meningkatkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai – nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. 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 positif.

UNNES  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Sedangkan Ruang Lingkup pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk jenjang SMP / MTs adalah sebagai berikut :

1. Permainan dan olahraga meliputi : olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, roundes, kippers, sepak bola, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, 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 ritmis 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 luar kelas meliputi : piknik/ karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari – hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

### 2.3. Pengertian Belajar

Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku sebagai akibat adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya (Husdarta,2000:2). Tingkah laku itu mencakup aspek pengetahuan keterampilan dan sikap. Tingkah laku dapat dibagi menjadi dua kelompok yaitu, tingkah laku yang dapat diamati dan yang tidak dapat diamati. Tingkah laku yang dapat diamati disebut dengan *behavioral performance*, sedangkan tingkah laku yang tidak dapat diamati disebut *behaviorial tendency*.

Namun demikian, tidak semua perubahan tingkah laku tersebut sebagai hasil belajar. Adapun juga perubahan itu yang disebabkan oleh bukan hasil belajar melainkan faktor kematangan. Kedua faktor ini satu sama lain saling mengisi guna meraih hasil belajar yang jauh lebih baik. Jadi perubahan tingkah laku dalam proses belajar merupakan akibat dari interaksi siswa dengan lingkungannya. Interaksi ini berlangsung secara disengaja. Hal ini terbukti dari adanya tujuan yang ingin dicapai, motivasi untuk belajar, dan kesiapan siswa untuk belajar baik secara fisik, maupun psikis.

Menurut R. Gagne dalam Ahmad Susanto (2013:1), belajar dapat didefinisikan sebagai suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman. Belajar dimaknai sebagai suatu proses untuk memperoleh motivasi dalam pengetahuan, keterampilan, kebiasaan, dan tingkah laku. Selain itu, belajar sebagai suatu upaya memperoleh pengetahuan atau keterampilan melalui instruksi.

#### **2.4. Pengertian Pembelajaran**

Sesuai dengan pengertian belajar secara umum, yaitu bahwa belajar merupakan suatu kegiatan yang mengakibatkan terjadi perubahan tingkah laku, maka pengertian pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa, sehingga tingkah laku siswa berubah kearah yang lebih baik (Darsono, Dkk, 2000:24).

Pembelajaran merupakan sebuah rencana yang dimanfaatkan untuk merancang pengajaran. Isi yang terkandung dalam pembelajaran adalah berupa strategi pengajaran yang digunakan untuk mencapai tujuan instruksional. Sebagai contoh guru terapkan pada saat proses belajar mengajar adalah

manajemen kelas, pengelompokan siswa, dan penggunaan alat bantu pengajaran ( Drs. Husdarta dan Drs. Yudha M. Saputra, 2000:35)

#### 2.4.1 Hasil

Hasil belajar adalah perubahan-perubahan yang terjadi pada diri siswa, baik yang menyangkut aspek kognitif, afektif, dan psikomotor sebagai hasil dari kegiatan belajar (Ahmad Susanto, 2013:5).

#### 2.4.2 Belajar

Belajar adalah berusaha dan berlatih agar mendapatkan kepandaian (Herry Koesyanto, 2003:10).

Menurut slameto, (2010:2) 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 dengan lingkungannya.

Bloom dalam Rifa'i dan Catharina (2011:86-89), menyatakan bahwa hasil belajar meliputi tiga taksonomi yang disebut dengan ranah belajar. Diantaranya yaitu ranah kognitif (*cognotive domain*), ranah sikap (*affective domain*), dan ranah psikomotorik (*psychomotoric domain*). Rinciannya sebagai berikut :

##### 1. Ranah kognitif

Berkaitan dengan hasil belajar berupa pengetahuan, kemampuan, dan kemahiran intelektual. Mencakup kategori pengetahuan, pemahaman, penerapan, anaisis, sintesis, dan penilaian.

##### 2. Ranah afektif

Berkaitan dengan hasil belajar berupa perasaan, sikap, minat, dan nilai. Mencakup kategori penerimaan, penanggapan, penilaian, pengorganisasian, dan pembentukan pola hidup.

### 3. Ranah psikomotor

Berkaitan dengan hasil belajar berupa kemampuan fisik seperti keterampilan motorik dan syaraf, manipulasi objek dan koordinasi syaraf. Kategori jenis perilaku untuk ranah psikomotorik yaitu persepsi, kesiapan, gerakan terbimbing, gerakan terbiasa, gerakan kompleks, penyesuaian, dan kreativitas.

Ketiga ranah tersebut menjadi objek penilain hasil belajar. Diantara ketiga ranah, ranah psikomotor adalah yang banyak dinilai karena berkaitan dengan kemampuan siswa dalam menguasai isi bahan pembelajaran. Hasil belajar afektif dan kognitif juga harus menjadi bagian dari penilaian dalam proses pembelajaran di sekolah.

## 2.5 PAIKEM

Pembelajaran PAIKEM adalah pembelajaran bermakna yang dikembangkan dengan cara membatu peserta didik membangun keterkaitan antara informasi (pengetahuan) baru dengan pengalaman (pengetahuan lain) yang telah dimiliki dan dikuasai peserta didik (Agus Suprijono, 2012: X-XI).

Penjabaran dari pembelajaran PAIKEM adalah sebagai berikut :

1. Pembelajaran, menunjukkan pada proses yang menempatkan peserta didik sebagai pusat. Pembelajaran lebih menekankan bahwa peserta didik sebagai makhluk berkesadaran memahami arti penting interaksi dirinya dengan lingkungan yang menghasilkan pengalaman adalah kebutuhan.

2. Aktif, pembelajaran harus membutuhkan suasana sedemikian rupa sehingga peserta didik aktif bertanya, mempertanyakan, dan mengemukakan gagasan. Belajar merupakan proses aktif dari pembelajaran dalam membangun pengetahuannya, bukan proses pasif yang hanya menerima ceramah guru tentang pengetahuan.
3. Inovatif, pembelajaran merupakan proses pemaknaan atas realitas kehidupan yang dipelajari. Makna itu hanya bisa dicapai jika pembelajaran dapat memfasilitasi kegiatan belajar yang member kesempatan kepada peserta didik menemukan sesuatu melalui aktifitas belajar yang dijalaninya.
4. Kreatif, pembelajaran harus menumbuhkan pemikiran kritis, karena dengan pemikiran seperti itulah kreativitas bisa dikembangkan. Pemikiran kritis adalah pemikiran reflektif dan produktif yang melibatkan evaluasi bukti. Kreativitas adalah kemampuan berfikir tentang sesuatu dengan cara baru dan tak biasa serta menghasilkan solusi unik suatu problem.
5. Efektif, pembelajaran efektif adalah jantungnya sekolah efektif. Efektivitas pembelajaran merujuk pada berdaya dan hasil guna seluruh komponen pembelajaran yang diorganisir untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pembelajaran efektif mencakup keseluruhan tujuan pembelajaran baik yang berdimensi mental, fisik, maupun sosial.
6. Menyenangkan, pembelajaran menyenangkan adalah pembelajaran dengan suasana positif. Peserta didik merasakan bahwa proses belajar yang dialaminya bukan sebuah derita yang mendera dirinya, melainkan berkah yang harus disyukuri. Belajar bukanlah tekanan jiwa pada dirinya namun merupakan panggilan jiwa yang harus ditunaikannya.

Pembelajaran menyenangkan menjadikan peserta didik ikhlas menjalaninya.

## **2.6 Perkembangan Fisik Anak Besar**

Anak besar adalah anak yang berusia antara 6 sampai dengan 10 atau 12 tahun. Perkembangan fisik pada anak besar cenderung berbeda dengan masa sebelum dan sesudahnya. Pertumbuhan tangan dan kaki lebih cepat dibandingkan dengan pertumbuhan tolok. Pada tahun – tahun awal masa anak besar pertumbuhan jaringan tulang lebih cepat dibanding pertumbuhan jaringan otot dan lemak, dengan demikian pada umumnya anak menjadi tampak kurus. Pada tahun – tahun terakhir masa anak besar perkembangan jaringan otot mulai menjadi cepat, hal ini berpengaruh pada peningkatan kekuatan yang menjadi cepat juga. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada anak besar, selain kekuatan juga fleksibilitas dan keseimbangan (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:115).

## **2.7 Perkembangan Kemampuan Gerak dan Minat Melakukan Aktivitas Fisik pada Anak Besar**

Perkembangan kemampuan gerak adalah sejalan dengan perkembangan koordinasi, fleksibilitas, keseimbangan serta perkembangan kemampuan fisik yang lain. Peningkatan kemampuan gerak bisa diidentifikasi berdasarkan peningkatan efisien, kelancaran, control dan variasi gerakan serta besarnya tenaga yang bisa disalurkan melalui gerakan. Pada umumnya anak besar baik anak laki – laki maupun anak perempuan mengalami peningkatan yang besar dalam hal minatnya melakukan aktivitas fisik. Karena menyenangi aktivitas kelompok, aktivitas yang bersifat kompetitif, aktivitas gerak ritmik dan yang

bersifat kepahlawanan. Anak besar memerlukan aktivitas gerak yang beragam yang bias meningkatkan kemampuan fisik, keterampilan, kreativitas serta sifat sosialnya (Sugiyanto dan Sudjarwo,1993:131).

## **2.8 Hakekat Bermain**

### **2.8.1 Pengertian Bermain**

Dari keterangan diatas dapat diketahui bahwa karakteristik anak besar yaitu pada usia 10-12 tahun masih gemar bermain atau melakukan permainan dengan aktivitas kelompok yang bersifat kompetitif. Sebagian pendidik mengatakan bahwa bermain adalah belajar menyesuaikan diri dengan keadaan. Anak – anak bermain di dalam daerah lingkungannya serta benda –benda yang terdapat di daerah itu. Dengan bermain mereka akan mengenal ciri – ciri dan sifat setiap benda yang dimainkan (Soemitro, 1992:2).

Ada beberapa pakar pendidikan yang menyatakan bermain adalah kegiatan yang membantu anak berkembang menjadi manusia. Ada pula yang mengatakan bermain adalah bahasa alami seorang anak. Pakar yang lain mengatakan bahwa dalam bermain, anak – anak dapat memperlihatkan kemampuannya, minat dan sikapnya, kedewasaannya dan responnya terhadap semua itu. Ada pendapat lain lagi yang menyatakan bahwa bermain merupakan bagian yang sangat vital dalam pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, mental, maupun social anak (Soemitro, 1992:4).

### **2.8.2 Makna Bermain dan Pendidikan**

Bermain mempunyai keterkaitan dengan pendidikan. Keterkaitan itu salah satunya adalah bermain dalam pendidikan. Makna bermain dalam pendidikan adalah sebagai berikut :

1. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan suka rela atas dasar rasa senang.
2. Bermain dengan rasa senang, menumbuhkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.
3. Bermain akan mendasari kerjasama, patuh pada peraturan dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri (Sukintaka, 1992:7).

### **2.8.3. Fungsi Bermain dalam Pendidikan**

Bigo, Khonstam dan Polland (1950:257-276) yang dikutip oleh Sukintaka (1992:5), berpendapat bahwa permainan mempunyai makna pendidikan, yaitu :

1. Permainan merupakan salah satu dari banyak wahana untuk membawa anak kepada hidup bersama atau bermasyarakat. Anak akan memahami dan menghargai dirinya dan temannya. Pada anak yang bermain akan tumbuh rasa kebersamaan, yang sangat baik bagi pembentukan rasa sosialnya.
2. Dalam permainan anak akan mengetahui kekuatannya, menguasai alat bermain dan mengetahui sifat alat.
3. Dalam permainan, anak akan mempunyai suasana yang tidak hanya mengungkapkan fantasinyasaja tetapi juga akan mengungkapkan semua sifat aslinya dan pengungkapan itu dilakukan secara patuh dan sopan. Anak laki – laki dan perempuan yang berumur sama akan berbuat yang berbeda terhadap permainan yang sama.



4. Dalam permainan, anak akan mengungkapkan macam – macam emosinya dan sesuai dengan yang diperolehnya saat itu jenis emosi itu diungkapkan serta tidak mengarah pada prestasi.
5. Dalam bermain, anak akan dibawa pada kesenangan kegembiraan dan kebahagiaan dalam dunia kehidupan anak.
6. Permainan akan mendasari kerjasama, taat pada peraturan permainan, pembinaan watak jujur dalam bermain, dan semuanya ini akan membentuk sifat “ *fair play* “ ( jujur , sifat ksatria, atau baik ) dalam bermain.
7. Bahaya dalam bermain dapat saja timbul, dan keadaan ini akan banyak gunanya dalam hidup yang sesungguhnya.

Bucher berpendapat bahwa permainan yang telah lama dikenal oleh anak – anak, orang tua, laki – laki maupun perempuan, mampu menggerakkan untuk berlatih, bergembira dan rileks. Permainan merupakan salah satu komponen pokok pada tiap program pendidikan jasmani harus mengenal secara mendalam tentang seluk beluk permainan.

#### **2.8.4. Permainan dan Pendidikan Jasmani**

Jika anak diberi permainan dalam rangka pelajaran pendidikan jasmani, maka anak akan melakukan permainan itu dengan rasa senang. Karena rasa senang inilah maka anak akan mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli pada saat mereka bermain, baik itu berupa watak asli, maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiannya.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku. Dari situasi yang timbul ini maka seorang guru pendidikan jasmani dapat melaksanakan kewajibannya. Sebab dari situasi itu, guru memberi pengarahan, koreksi, saran, latihan, atau dorongan yang tepat agar anak didiknya berkembang lebih baik, dan dapat mencapai kedewasaan yang diharapkan. Dengan demikian dapat dikatakan pula bahwa dengan bermain dapat meningkatkan kualitas anak sesuai dengan aspek pribadi manusia, (Sukintaka, 1992:11–12).

Peranan bermain dalam aspek jasmani pribadi manusia. Sasaran jasmani tersebut adalah :

#### 1. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

Aktivitas bermain pada anak – anak banyak dilakukan dengan aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini sangat penting bagi anak – anak dalam masa pertumbuhannya. Dasar gerak mereka menjadi lebih baik, karena kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskuler menjadi baik. Disamping itu bertambah panjang dan besar otot – otot mereka. Dari pertumbuhan mereka, berarti semakin baik pula fungsi organ tubuhnya, sehingga dapat dikatakan bahwa dari pertumbuhan mereka, akan terjadi perkembangan yang lebih baik (Sukintaka, 1992:12).

#### 2. Kemampuan gerak

Kemampuan gerak dalam berolahraga biasanya juga memberi pengaruh kepada gerak dan sikap gerak sehari – hari. Kemampuan gerak akan didasari oleh gerak dasar yang baik. Adapun gerak dasar itu ialah, kekuatan

otot, kelentukan otot, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskuler (Sukintaka, 1992:16).

### 3. Kesegaran jasmani

Anak yang bermain secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama merupakan keadaan yang dapat diharapkan berkembangnya kesegaran jasmaninya. Sehingga dapat melaksanakan tugas sehari – hari dengan baik dan kuat, tanpa kelelahan yang berarti dan dengan energy yang besar mendapatkan kesenangan dalam menggunakan waktu luang (Sukintaka, 1992:27).

### 4. Kesehatan

Dalam batasan kesegaran jasmani dapat disimpulkan bahwa anak yang bermain tidak menjadi sakit yang berarti bahwa mereka bahkan menjadi baik. Kegiatan jasmani yang dilakukan anak dengan rasa senang ini akan menjadikan anak lebih tahan terhadap beberapa penyakit (Sukintaka,1992: 27).

## **2.9 Hakikat Pengertian Permainan Bola Voli**

### **2.9.1 Pengertian Permainan Bola Voli**

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang. Diperlukan pengetahuan tentang tehnik-tehnik dasar dan tehnik-tehnik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif. Tehnik tersebut meliputi servis, passing, smash, dan sebagainya (Nuril Ahmad, 2007:19)

Permainan bola voli adalah permainan beregu. Setiap regu berada pada petak lapangan masing – masing yang dibatasi net. Permainan berlangsung dengan cara memvoli atau memainkan bola dengan satu atau dua tangan, hilir mudik melewati atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) dipetak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati dipetak permainan sendiri (Machfud Irsyada,2000 :14)

Bola voli adalah permainan yang dilakukan oleh 2 regu, yang masing-masing terdiri atas 6 orang, bola dimainkan di udara dengan melewati net setiap regu hanya bisa memainkan bola tiga kali pukulan. Lapangan bola voli berukuran panjang 18 m dan lebar 9 m, yang ditandai dengan garis pinggir dan garis belakang. Ketinggian net yang tepat bagi pemain putri adalah 2,24 m dan untuk pria 2,43 m (Munasifah 2010:3).

Bola voli merupakan permainan yang dilakukan oleh dua regu yang masing-masing regu berjumlah enam orang. Lama pertandingan adalah tiga atau lima set atau kemenangan bisa ditentukan dengan selisih dua set. Masing-masing set adalah 25 angka (point) dengan menggunakan *rally point*, yakni setiap bola mati dihitung menjadi point (Roji 2006:10)

## **2. 10 Teknik Dasar Permainan Bola Voli**

### **2.10.1 Teknik Servis**

Menurut Bachtiar, dkk. “servis adalah pukulan permulaan untuk memulai permainan, sesuai dengan peningkatan mutu permainan servis sekarang sudah merupakan serangan untuk mematikan bola di pihak lawan atau supaya lawan tidak dapat menerima bola dengan baik”.

1. Servis tangan bawah

Servis tangan bawah adalah servis yang paling sederhana dan mudah untuk dikuasai. Servis ini cocok sekali di ajarkan kepada siswa sekolah atau pemula.

#### 1) Sikap permulaan

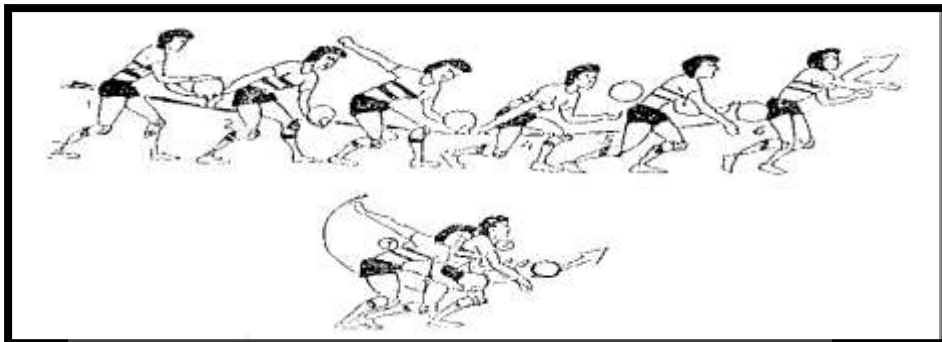
Berdiri pada petak servis di belakang garis akhir antara perpanjangan garis samping, menghadap ke lapangan permainan, salah satu kaki berada di depan kaki yang lain, kaki kanan di depan jika menggunakan tangan kanan. Bola di pegang dengan salah satu tangan kiri atau kanan, tangan pemukul boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut sedikit ditebuk dan berat badan berada di tengah.

#### 2) Gerakan pelaksanaan

Bola dilambungkan di depan bahu kanan setinggi 10 sampai 20 cm. Dalam waktu yang bersamaan tangan pemukul di tarik ke belakang, kemudian di ayunkan ke depan atas melalui samping badan, sehingga mengenai bagian belakang bola.

#### 3) Gerakan lanjutan

Setelah memukul, langkahkan kaki yang di belakang ke depan untuk menjaga keseimbangan dan segera masukkan ke lapangan permainan, siap untuk memainkan bola yang di kembalikan lawan.



Gambar 2.1 Gerakan Servis Tangan Bawah

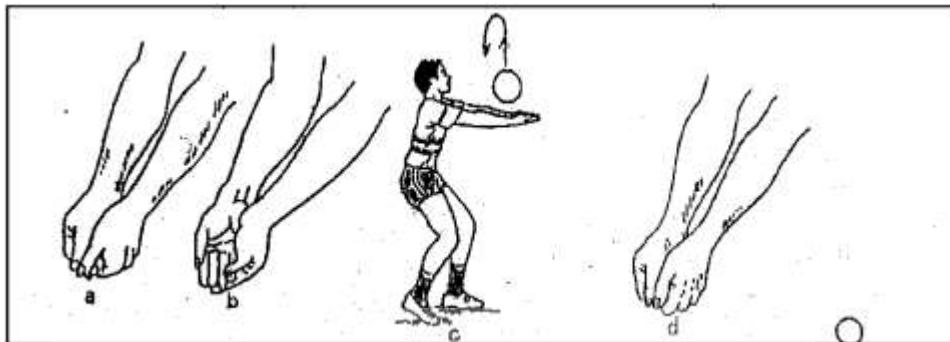
Bachtiar, dkk, 2004: 2.28 (Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan)

### 2.10.2 Pasing Bawah

Pasing bawah dapat dilakukan dengan satu tangan ataupun dua tangan. Pasing bawah dengan satu tangan biasanya dilakukan bila bola jatuh jauh dari posisi pemain baik di samping atau di depan. Adapun cara melakukan pasing bawah normal atau pasing bawah dengan dua tangan sebagaimana yang dikatakan oleh M. Yunus ( 1992 : 79 ) yaitu sikap permulaan, gerak pelaksanaan, dan gerak lanjutan. Selain itu dalam melakukan pasing bawah juga ada bentuk sikap tangan. Diantaranya The Dig dan mengemis.

#### 1. Sikap permulaan

Ambil sikap siap normal dalam permainan bola voli, yaitu : kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibongkokkan ke depan, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan, yaitu : punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri



Gambar 2.2 Posisi tangan dan gerakan teknik passing bawah

Sumber : M. Yunus : ( 1992 : 83 ) Olah Raga Pilihan Bola Voli Jakarta

## 2. Gerak pelaksanaan

Ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada bagian proksimal dari lengan, di atas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.

## 3. Gerak lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali dan ayunan lengan untuk passing bawah ke depan tidak melebihi sudut 90 derajat dengan bahu/badan.



Gambar 2.3 Rangkaian gerakan passing bawah

Sumber : M. Yunus (1992 : 84) Olahraga Pilihan Bola Voli

### 2.10.3 Pasing Atas

Pasing atas merupakan elemen yang penting, dalam permainan bola voli. Penguasaan teknik passing atas yang baik akan menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik (Bachtiar, dkk, 2004:2.10). Proses pelaksanaan gerakan passing atas adalah sebagai berikut :

a) Sikap permulaan

Ambil posisi dengan sikap siap untuk memainkan bola berdiri dengan kedua kaki terbuka selebar bahu salah satu kaki berada didepan berat badan bertumpu pada tapak kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah, tempatkan badan secepat mungkin dibawah bola, dengan kedua tangan di angkat lebih tinggi dari dahi kira-kira 10 cm dari muka, kedua lengan di angkat dan ditekuk, kedua tangan terbuka lebar jari-jari tangan terbuka membentuk mangkok seperti setengah lingkaran ibu jari dan telunjuk membentuk segi tiga, kedua siku tidak terlalu terbuka ke samping.

b) Gerakan pelaksanaan

Tepat saat bola ada diatas, kedua tangan agak ditekuk pada siku maupun pergelangan tangan, tangan berada sedikit diatas dahi. Perkenaan bola pada permukaan ruas jari-jari tangan terutama luas pertama dan kedua, dan yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Pada saat tangan bersentuhan dengan bola jari-jari agak ditegangkan agar bola dapat memantul dengan baik kemudian bola didorong dengan menggerakkan pergelangan tangan di ikuti dengan meluruskan siku. Pada waktu mendorong badan ikut membantu dengan



pemindahan tenaga mulai dari kaki badan, lengan dan tangan dengan lancar tidak terputus, pandangan tetap ke arah bola.

c) Gerakan lanjutan

Setelah bola memantul dengan baik lanjutkan dengan maluruskan lengan ke depan atas sebagai satu gerakan lanjutan di ikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dengan melangkahkan salah satu kaki belakang ke depan dan segera mengambil siap dalam posisi normal untuk bermain kembali.



#### 2.4 Rangkaian gerakan pasing atas

Bachtiar, dkk, 2004: 2.12 (Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan)

#### 2.10.4 Teknik smash atau *spike*

Menurut Drs. Bachtiar, dkk. “smash adalah pukulan yang utama dalam melakukan penyerangan ke daerah lawan”. Pada teknik smash inilah letak seninya permainan bola voli. Untuk mencapai hasil yang optimal dalam menyerang (smash) dibutuhkan raihan tangan yang tinggi, kemampuan lompatan yang tinggi maupun daya tahan lompatan dan koordinasi yang optimal. Proses

gerakan secara umum dalam smash bagi pemukul dengan tangan kanan dari posisi 4.

1. Sikap permulaan

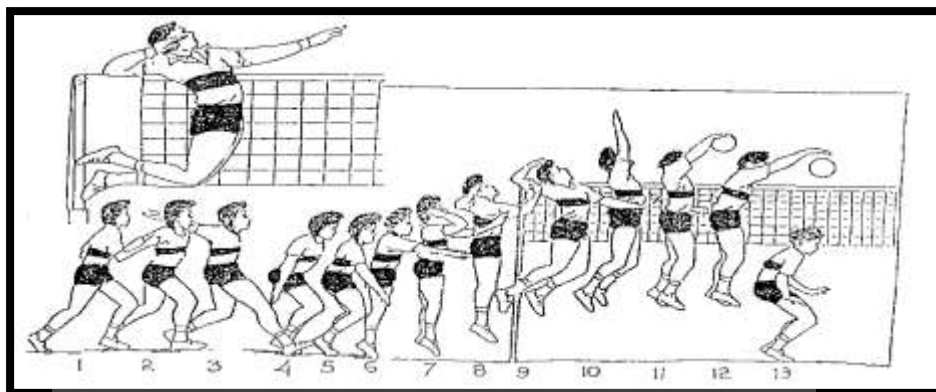
Berdiri relaks dan seorang kira-kira 45 derajat dengan net sejauh 3 sampai 4 meter dari net.

2. Pelaksanaan gerakan

Melangkah ke depan mendekati net dengan kaki kiri dengan langkah biasa di ikuti dengan langkah kaki kanan yang panjang untuk penyesuaian dengan keadaan bola, kemudian kaki kiri segera di letakkan di samping kaki kanan sambil menekuk lutut dan ke dua lengan di belakang badan, segera melakukan tolakan sambil mengayunkan ke dua lengan ke depan atas. Pada saat badan berada pada ketinggian maksimal, segera memukul bola pada raihan tertinggi dengan tangan terbuka.

3. Gerakan lanjutan

Menjaga keseimbangan badan agar tidak tercondong ke net dan mendarat dengan ke dua kaki sambil mengeper dan siap untuk memainkan bola kembali.



Gambar 2.5 Rangkaian gerakan smash

Bachtiar, dkk, 2004: 2.34 (Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan)

### 2.10.5 Teknik bendungan atau *block*

Bendungan adalah usaha untuk manahan serangan lawan dengan cara mengangkat ke dua tangan di atas net dan menutup jalan bola ke daerah lapangan sendiri (Bachtiar, dkk, 2004: 2.35). Bendungan dapat dilakukan sendiri, berdua dan bertiga, yang dalam permainan sering di sebut block. Namun demikian setiap pemain akan melakukan proses yang sama dimulai dari sikap permulaan, gerak pelaksanaan dan gerakan lanjutan.

#### 1. Sikap permulaan

Berdiri menghadap ke jaring, kedua kaki terbuka dan berjarak kira-kira selebar bahu, lutut di tekuk, kedua tangan siap di depan dada dengan telapak tangan menghadap ke jaring, pandangan mengawasi jalannya bola dan memperhatikan lawan yang akan melakukan pukulan bola.

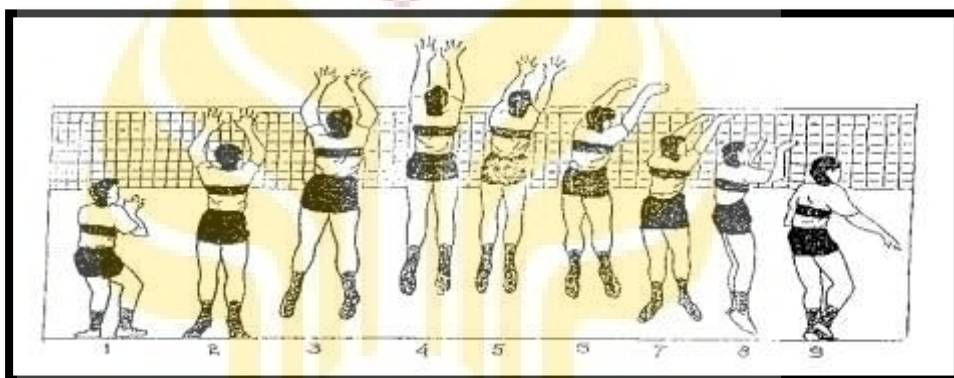
#### 2. Gerakan pelaksanaan

Dengan menolakkan ke dua kaki dengan gerakan eksplosif sambil meluruskan ke dua lengan, ke dua telapak tangan di rapatkan jari-jari di

buka, sehingga ibu jari kiri dan kanan berdekatan, posisi ke dua tangan di arahkan menutup lintasan bola serangan lawan.

### 3. Gerakan lanjutan

Segera mendarat dengan ke dua kaki mengeper, dan mengambil situasi permainan selanjutnya. Smash dan block dalam permainan yang tujuannya rekreasi dan pendidikan atau pemula belum diperlukan. Permainan dapat berlangsung tanpa ada block atau bendungan.



Gambar 2.5 Rangkaian gerakan bendungan

Bachtiar, dkk, 2004: 2.37 (Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan)

#### 2.11 Teknik Dasar Passing Bawah

Menurut Nuril Ahmad (2007:23) memainkan bola dengan sisi bagian dalam lengan bawah merupakan tehnik bermain yang cukup penting. Kegunaan tehnik lengan bawah antara lain :

- a. untuk penerimaan bola servis
- b. untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan / smash
- c. untuk pengambilan bola setelah blok atau bola dari pantulan net
- d. untuk menyelamatkan bola yang kadang – kadang terpental jauh di luar lapangan permainan
- e. untuk pengendalian bola yang rendah

Adapun tehnik pasing bawah sebagai berikut :

1. Persiapan
  - a. bergerak kearah datangnya bola dan atur posisi tubuh
  - b. genggam jemari tangan
  - c. kaki dalam posisi meregang santai, bahu terbuka lebar
  - d. tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah
  - e. bentuk landasan dengan lengan
  - f. sikut terkunci
  - g. lengan sejajar dengan paha
  - h. pinggang lurus
  - i. pandangan kearah bola
2. Pelaksanaan
  - a. terima bola di depan badankaki sedikit diulurkan
  - b. berat badan di alihkan kedepan
  - c. pukul bola jauh dari badan
  - d. pinggul bergerak kedepan
  - e. perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku
3. Gerak lanjutan
  - a. jari tangan tetap digenggam
  - b. sikut tetap terkunci
  - c. landasan mengikuti bola ke sasaran
  - d. pindahkan berat badan ke arah sasaran
  - e. perhatikan bola bergerak ke sasaran

## 2.12 Tehnik Dasar Pasing Atas

Menurut Nuril Ahmad (2007:25) cara melakukan tehnik pasing atas adalah jari – jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada dimuka setinggi hidung. Sudut antara sikut dan badan kurang lebih 45 derajat. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan. Sikap pergelangan tangan dan jari – jari tidak berubah.

1. Persiapan
  - a. bergerak ke arah datangnya bola, tepat dibawahnya
  - b. siapkan posisi
  - c. bahu sejajar sasaran
  - d. kaki merenggang santai
  - e. bengkokkan sedikit lengan, kaki dan pinggul
  - f. tahan tangan 6 atau 8 inci di depan pelipis
  - g. tahan tangan di depan pelipis
  - h. melihat melalui “jendela” yang di bentuk tangan
  - i. ikuti bola ke sasaran
1. Pelaksanaan
  - a. terima bola pada bagian bawah
  - b. terima dengan dua persendian teratas dari jari dan ibu jari
  - c. luruskan lengan dan kaki ke arah sasaran
  - d. pindahkan berat badan ke arah sasaran
  - e. arahkan bola sesuai dengan ketinggian yang di inginkan
  - f. arahkan bola ke garis pinggir atau ke tangan penyerang
2. Gerakan lanjutan

- a. luruskan tangan sepenuhnya
- b. arahkan bola ke sasaran
- c. pinggul bergerak maju ke arah sasaran
- d. pindahkan berat badan ke arah sasaran
- e. bergerak ke arah umpan

### **2.13 Peraturan Permainan Bola Voli**

Peraturan permainan terbaru tahun 1999 – 2000 dalam permainan bola voli, setiap memenangkan satu reli memperoleh 1 (satu) angka (point). Apabila regu penerima memenangkan reli akan memperoleh satu angka dan mendapat giliran servis, akan melakukan pergeseran ( rotasi ) satu posisi searah jarum jam ( Machfud Irsyada,2000 : 45 )

Layaknya permainan-permainan yang lain, bola voli juga dimainkan dengan aturan-aturan tertentu. Aturan-aturan ini berguna dan diperlukan untuk mengatur jalannya permainan sehingga tidak ada pihak yang merasa dirugikan. Aturan-aturan tersebut meliputi segala hal yang berkaitan dengan bola voli, seperti kapan bola dianggap masuk dan keluar, kapan pelanggaran, bagaimana penyekoran dilakukan dan lain-lain

Menurut Nuril Ahmad (2000:35-39) peraturan permainan bola voli adalah sebagai berikut :

#### **1. Posisi Bola dalam Permainan, meliputi :**

##### **a. Bola dalam permainan**

Bola berada dalam permainan sejak pukulan servis dilakukan, sedangkan suatu reli permainan bola voli dimulai dengan bunyi peluit dan wasit.

b. Bola diluar permainan

Suatu reli diakhiri dengan bunyi peluit dari wasit. Oleh karena itu, jika peluit dibunyikan untuk suatu kesalahan yang terjadi dalam permainan, bola berada diluar permainan.

c. Bola dinyatakan masuk

Bola dinyatakan masuk apabila menyentuh lantai lapangan permainan termasuk garis-garis batasnya.

d. Bola dinyatakan keluar

Bola dinyatakan keluar apabila jatuh seluruhnya disisi luar garis-garis batas, menyentuh suatu benda diluar lapangan atau seseorang diluar lapangan, menyentuh antenna atau tali serta tiang dan net diluar batas antena atau pita samping, seluruhnya melewati latar vertikal dari net atau sebagian bola melewati batas permainan.

2. Kesalahan dalam permainan, meliputi :

a. Definisi

Setiap kegiatan yang berlawanan dengan peraturan permainan merupakan suatu kesalahan bermain

b. Konsekuensi dari kesalahan

1. Akibat dari satu kesalahan adalah kehilangan relii, regu yang memenangkan reli memperoleh satu angka.
2. Apabila regu lawan mendapat giliran untuk melakukan seris, maka ia mendapat angka dan berhak untuk melakukan servis



3. Jika dua atau lebih kesalahan terjadi secara berturut-turut maka kesalahan yang pertama kali dianggap kesalahan dan dihukum.
4. Jika dua atau lebih kesalahan terjadi oleh dua regu berlawanan secara bersamaan, kesalahan semacam ini ditung sebagai kesalahan ganda ( double fault ) dan permainan harus diulang.

3. Memainkan bola, meliputi :

- a. Hak memukul
- b. Sentuhan serentak
- c. Pukulan yang dibantu
- d. Karakteristik pukulan
- e. Kesalahan dalam memainkan bola

4. Bola pada net, meliputi :

- a. Bola melewati net
- b. Bola menyentuh net
- c. Bola di net ( selain bola servis )

5. Permainan disekitar net, meliputi :

- a. Daerah permainan dan tempat
- b. Jangkauan melewati net
- c. Memasuki ( melewati ) bawah net
- d. Menyetuh ( kontak ) net
- e. Kesalahan pemain disekitar net

6. Servis

Servis merupakan suatu tindakan untuk memasukan bola kedalam permainan oleh pemain belakang kanan, yang memukul bola dengan satu tangan atau lengan dari daerah servis

## **2.14 Pembelajaran Pasing Bola Voli Melalui Media Bantu Tembok**

### **2.14.1 Hakekat Media Bantu Tembok**

Penggunaan media bantu tembok merupakan latihan yang bertujuan untuk menyempurnakan kemampuan menaksir arah bola dan mengetahui tingkatan hasil belajar pasing bawah, dan dapat dilakukan secara bergantian dua orang atau lebih dalam waktu satu menit.

Sikap permulaan pemain memegang bola dengan kedua tangan menghadap tembok sasaran, pelaksanaannya bola dilemparkan atau dipantulkan ke tembok dan pantulannya berusaha untuk di passing ketembok sasaran lagi demikian seterusnya

Apabila bola melenceng atau tidak dapat di pasing maka bola di ambill dan dilemparkan atau dipantulkan lagi ke tembok dan di pasing lagi secara berulang-ulang. Keuntungan latihan ini adalah mudah mengantisipasi bola karena tidak terpancang oleh teman pasangannya dan mudah diarahkan bola pantulannya. Sedangkan kelemahannya karena tembok benda mati maka bila sudut datangnya bola tidak tepat maka hasil pantulannya juga tidak tepat.

Pada penggunaan media bantu tembok ini dapat melatih tehnik dasar dan kemampuan pasing bawah. Peralatan yang digunakan adalah isolatif berwarna hitam dan bola voli. Penggunaan media bantu tembok digunakan peneliti sebab memiliki keunggulan dan perbedaan dari segi alat dan peraturan antara lain:

- 1.) Membuat semua siswa lebih aktif bergerak dalam pembelajaran penjasorkes khususnya materi bola voli.

- 2.) Mempermudah siswa dalam melakukan teknik pasing bawah dan pasing atas karena menggunakan media bantu tembok arah pantulan bola lebih stabil.
- 3.) Media bantu yang digunakan lebih mudah diterapkan bagi pemula karena tembok merupakan bidang datar yang sempurna dan arah pantulan bola lebih terukur.

#### 2.14.2 Sarana dan Prasarana menggunakan media bantu tembok

1. Bola voli

Bola yang digunakan yaitu bola voli dengan ukuran standar yang biasa digunakan untuk bermain voli.



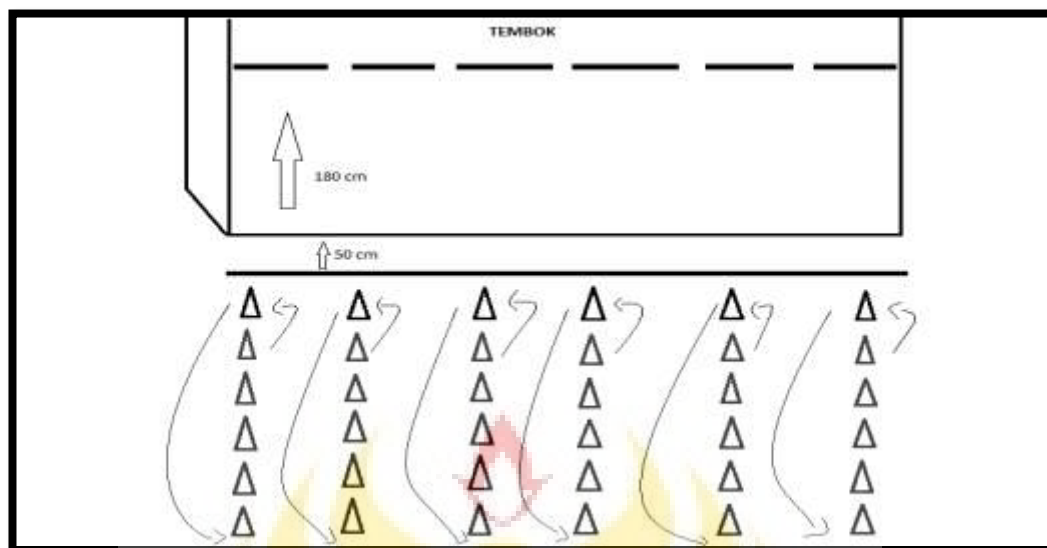
Gambar 2.6 Bola voli

2. Isolatif

Isolatif digunakan untuk memberi batas perkenaan bola pada tembok. Isolatif yang digunakan berwarna hitam.

3. Tembok

Tembok yang digunakan sebagai media pantul bola.



Gambar 2.7 Skema permainan

Keterangan :

Ketinggian jarak antara lantai dengan batas isolatif yaitu 180 cm sedangkan untuk jarak tembok atau dinding dengan siswa 50 cm .

### 2.14.3 Peraturan Permainan Menggunakan Media Bantu Temok

- 1) Satu kelas dibagi menjadi 6 kelompok dan satu kelompok terdiri dari 5-6 orang.
- 2) Setiap kelompok dibariskan di depan tembok yang sudah dikasih batas dengan menggunakan isolatif
- 3) Sebelum melakukan secara berkelompok siswa melakukan pasing bawah secara sendiri sebanyak lima kali sedangkan pasing atas dilakukan lempar tangkap terlebih dahulu
- 4) Setelah itu dilakukan secara dua anak bergantian
- 5) Setelah melakukan semua baru dilakukan secara berkelompok
- 6) Setiap kelompok wajib melakukan pasing bawah dan pasing atas dengan tembok dengan ketinggian yang sudah ditentukan

- 7) Setiap anggota kelompok yang berada didepan dilarang melewati batas lantai yang sudah diberi tanda

#### **2.14.4 Cara bermain**

1. setiap kelompok diberi waktu selama 2 menit untuk melakukan pasing atas dan pasing bawah.
2. Bola dalam permainan harus dipasing atau dipantulkan dengan tembok dengan tehnik pasing bawah maupun pasing atas
3. pemain yang paling depan harus melakukan pasing satu kali dan langsung lari kebarisan belakang
4. Bola pada tembok, pantulan bola pada tembok harus diatas garis batas ketinggian yang sudah ditetapkan
5. Hasil pantulan bola harus langsung diteruskan teman satu regu dengan gerakan pasing, baik pasing bawah maupun pasing atas
6. Bola dinyatakan gagal apabila pantulan bola jatuh kelantai atau tidak bisa dilanjutkan oleh teman dibelakangnya
7. Para pemain tidak boleh melewati garis pembatas antar tembok
8. Kesalahan dalam permainan, apabila regu paling banyak menjatuhkan bola kelantai atau salah satu siswa melewati garis pembatas selama batas waktu yang telah ditetapkan maka regu tersebut akan mendapatkan sanksi atau hukuman diakhir permainan.

#### **2.15 Kerangka Berfikir**

Pembelajaran yang baik harus melibatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa diarahkan untuk menyelesaikan masalah yang sesuai dengan konsep pembelajaran. Permasalahan yang sering dihadapi dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada model atau cara guru

menyampaikan materi pelajaran. Terkadang materi yang diajarkan oleh guru kurang tertanam kuat dalam benak siswa, khususnya dalam pembelajaran pasing bola voli. Pembelajaran bola voli disekolah merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan, pemberian pengetahuan dan penyampaian materi pasing bola voli harus secara rinci dan terprogram kepada siswa.

Materi yang disampaikan juga harus memperhatikan siapa yang akan diberi materi tersebut, karena tiap jenjang pendidikan memiliki karakter yang berbeda pada siswanya dengan melihat karakteristik siswa kelas VIII dimana siswa tersebut masih gemar bermain, maka seorang guru harus pandai – pandai membuat inovasi serta variasi model pembelajaran yang dapat menarik minat siswa untuk dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Untuk dapat mengikuti pembelajaran yang baik harus didasari rasa suka terlebih dahulu, karena apabila siswa sudah tidak suka terhadap model pembelajaran yang diberikan oleh guru maka siswa akan malas atau merasa bosan untuk mengikuti pembelajaran, yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas maka sebagai guru harus mampu menciptakan suatu model pembelajaran atau pemanfaatan media bantu yang lebih kreatif dan inovatif sehingga siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Demikian juga dalam pembelajara pasing bola voli, seorang guru harus bisa menciptakan model pembelajaran yang baru yang membuat siswa tertarik untuk mengikutinya. Salah satunya dengan memanfaatkan media tembok sebagai alat bantu melakukan pasing bawah dan pasing atas bola voli, diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran pasing bola voli. Pada pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan media bantu berupa tembok

guru harus mengamati segala kegiatan yang dilakukan oleh siswa dengan membuat lembar pengamatan yang mencakup 3 aspek yaitu aspek psikomotor, aspek afektif, dan aspek kognitif. Dari hasil pengamatan yang dilakukan tersebut maka akan dapat diketahui apakah ada peningkatan hasil belajar pasing bola voli melalui media bantu tembok pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora.



## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan refleksi pada setiap siklus, maka penulis dapat menarik simpulan dan mengemukakan saran sebagai berikut :

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh simpulan bahwa proses pembelajaran pasing bola voli melalui media bantu tembok dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora dapat dilihat dari peningkatan hasil persentase pada setiap siklus. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan rata-rata hasil belajar selama siklus I dan siklus II. Pada siklus I dan siklus II meliputi aspek psikomotor, aspek afektif dan aspek kognitif. Pada siklus I yang mencapai KKM sebanyak 14 siswa dari jumlah keseluruhan 36 siswa dengan persentase ketuntasan belajar 38,9% dengan rata-rata nilai 60,3. Pada siklus II ketuntasan siswa mencapai KKM sebanyak 27 siswa dari jumlah keseluruhan 36 dengan persentase ketuntasan belajar 75% dengan rata-rata nilai 75,59. Berdasarkan hasil dari ketuntasan siswa kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngawen Kabupaten Blora menunjukkan bahwa hasil pembelajaran pasing bola voli melalui media bantu tembok mengalami ketuntasan lebih dari 73% yaitu 75%.

#### **5.2 Saran**

Saran yang bisa peneliti berikan yang berhubungan dengan hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Melalui media bantu tembok diharapkan bisa menjadi alternatif yang digunakan oleh guru penjasorkes dalam materi pembelajaran pasing bawah dan pasing atas bola voli.



2. Guru perjas perlu berinovasi dalam menerapkan model pembelajaran penjasorkes agar siswa tidak merasa jenuh agar siswa tertarik terhadap materi pembelajaran.
3. Dalam menentukan standar Kriteria Ketuntasan Maksimal (KKM) harus disesuaikan dengan kemampuan peserta didik agar mencapai stadar tersebut.
4. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk peneliti-peneliti berikutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman. 2000. *Dasar-Dasar Penjasokes*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah
- Achmad Rifa'i dan Catharina Tri Anni, 2011. *Psikologi Pendidikan*. Semarang. Unnes Press
- Agus Kristiatio, 2010. *Penelitian Tindakan Kelas ( PTK ) Dalam Pendidikan jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta. UNS Press
- Agus Suprijono, 2012. *Cooperative Learning Teori dan Aplikasi PAIKEM*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar
- Ega Trisna Rahayu. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung : Alfabeta
- Fuad Ihsan, 2003. *Dasar – Dasar Kependidikan*, Jakarta : PT Rineka Cipta
- Herry Koesyanto, 2003. *Belajar Bermain Bola Voli*. FIK Unnes Semarang.
- Husdarta dan Yudha M.Saputra. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung
- Husdarta. 2010. *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Bandung. Alfabet
- Roji. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Erlangga
- Machfud Irsyada. 2000. *Bola Voli*. Jakarta : Depdikbud
- M Yunus, 1992. *Olahraga pilihan Bola voli*. Jakarta : Depdikbud
- Max Darsono. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Semarang: CV IKIP Semarang Press
- Nuril Ahmad, 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Litera.
- Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta: Depdikbud
- Subagiyo, dkk.2008. *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas terbuka
- Suharmi Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung Alfabeta
- Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Dekdikbud

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk D2 PGSD*, Jakarta: Depdikbud

Zainal Aqib, dkk. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung CV YRAMA WIDYA

