



**PEMBELAJARAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI MINI  
MELALUI PERMAINAN BOLA STATIS DAN DINAMIS  
PADA SISWA KELAS IV SDN BONGKOK 02  
KECAMATAN KRAMAT KABUPATEN TEGAL  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

**SKRIPSI**

diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1  
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang

**UNNES**  
oleh  
Dharmawan Arifianto  
6102914011  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

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

## ABSTRAK

**Dharmawan Arifianto.** 2016. *Pembelajaran Passing Bawah BolaVoli Mini Melalui Permainan Bola Statis dan Dinamis Pada Siswa Kelas IV SDN Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016.* Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Pembimbing 1 Drs.Cahyo Yuwono,M.Pd. Pembimbing 2 Aris Mulyono,S.Pd.,M.Pd.

Kata kunci: Pembelajaran *Passing* Bawah bola voli mini melalui permainan bola statis dan dinamis

Latar belakang masalah yaitu rendahnya hasil belajar *Passing* bawah bola voli mini siswa masih merasa takut dan kesakitan lengan tangannya ketika melakukan *Passing* bawah. “Bagaimana cara meningkatkan Hasil Belajar *Passing* bawah bola voli mini menggunakan permainan bola statis dan dinamis pada siswa kelas IV (empat) SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal?” Sebagai langkah awal upaya pendidikan, kami berharap pendidikan jasmani dan olahraga di lembaga pendidikan SD Negeri Bongkok 02 dapat berkembang lagi agar dapat mampu menjadi landasan bagi pembinaan keolahragaan nasional. Oleh sebab itu, pembinaan sikap dan dorongan motivasi mulai terus dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan.

Penelitian Tindakan Kelas ini dalam pelaksanaan terdiri dari 2 siklus sebagai Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 32, siswa laki-laki 18 dan perempuan 14 siswa. Setiap siklus dilakukan dalam 4 tahap, meliputi perencanaan, pelaksanaan atau tindakan, observasi, dan refleksi dengan materi bola voli.

Hasil penelitian berdasarkan analisis persentase dari siklus 1 dengan presentase 53% dan pada siklus 2 88% sehingga meningkat 35% dengan demikian dari hasil presentase tersebut dapat menunjukkan bahwa penilaian ini berhasil sesuai dengan yang diharapkan yaitu dengan target 88%.

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa permainan bola statis dan dinamis sebagai salah satu media yang menarik untuk menciptakan siswa belajar aktif dan dapat meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016. Saran Guru penjasorkes hendaknya siswa dengan guru atau siswa dengan siswa dapat berinteraksi dengan baik dan terjalin suasana pembelajaran yang nyaman dengan dibuktikan keaktifan belajar siswa secara keseluruhan dan bisa meningkatkan hasil belajar yang baik.

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya:

Nama : Dharmawan Arifianto

NIM : 6102914011

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Pembelajaran *passing* bawah bola voli mini melalui permainan bola statis dan dinamis pada siswa kelas IV SDN Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 03 Mei 2016

Yang menyatakan,



METERAI  
TEMPEL  
6000  
DISEWAKAN

Dharmawan Arifianto  
NIM.6102914011

## PERESETUJUAN

Skripsi ini telah di setujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi pada:

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I

Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd  
NIP. 196204251986011001

Pembimbing II

Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd  
NIP. 197609052008121001

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Mengetahui,  
Ketua Jurusan PJKR



Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd  
NIP. 196109031988031002

10/2016

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Dharmawan Arifianto NIM 6102914011 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Judul Pembelajaran *passing* bawah bola voli mini melalui permainan bola statis dan dinamis pada siswa kelas IV SDN Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari sabtu, tanggal 28 bulan mei tahun 2016.



**Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.**  
NIP. 19610320 198403 2 001

Panitia Ujian



**Sekretaris**  
**Andry Akhiruyanto, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 1981012 9200312 1 002

**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Dewan Penguji

1. Dr. Heny Setyawati, M.Si.  
NIP. 19670610 199203 2 001
2. Drs. H. Cahyo Yuwono, M.Pd.  
NIP. 19620425 198601 1 001
3. Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 19760905 200812 1 001

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO:

1. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. (Q.S. Al- Insyiroh 6-7)
2. *Power* atau kekuatan yang paling cangguh bukan yang ditopang oleh kekuatan fisik atau mesin, melainkan yang ditopang oleh ilmu pengetahuan dan sistem. (Alvin Toffler)

### PERSEMBAHAN:

Skripsi ini kupersembahkan:

1. Kepada Ibu tercinta, terima kasih untuk ketulusan kasih sayang, serta doa yang tak henti-hentinya dipanjatkan.
2. Istriku Any Akhyani dan Anakku Lutfhi Aryani tersayang yang selalu mendukung dan membantu serta menyemangati dalam segala hal sampai skripsi ini selesai.
3. Adikku yang cantik Tri Muka Setiyawati
4. Almamaterku FIK UNNES tercinta.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, Shalawat dan salam senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, hingga kepada umatnya sampai akhir zaman, amin.

Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang berjudul Pembelajaran Passing Bawah BolaVoli Mini Melalui Permainan Bola Statis dan Dinamis Pada Siswa Kelas IV SDN Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016.

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
3. Drs.Cahyo Yuwono,M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

4. Aris Mulyono, S.Pd.,M.Pd. Selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, saran, masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PJKR, FIK UNNES yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal yang telah memberikan ijin tempat penelitian.
7. Trisno Yulianto, selaku Guru PenjasOrkes di SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal yang telah membantu kelancaran penelitian.
8. Siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal yang telah bersedia menjadi Subyek dalam penelitian ini.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan balasan atas bantuan dan amal baiknya. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi diri penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

**UNNES**

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG, Mei 2016

Dharmawan Arifianto  
6102914011



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Perumusan Masalah .....	5
1.3. Tujuan Penelitian .....	5
1.4. Manfaat Penelitian .....	6
1.5. Sumber Pemecahan Masalah .....	7
1.6. Penegasan Istilah .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1. Sejarah .....	11
2.2. Konsep Belajar Ketrampilan Gerak .....	11
2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Sistem Pembelajaran .....	12
2.4. Komponen Sistem Pembelajaran .....	15
2.5. Pengertian Pendidikan Jasmani .....	18
2.6. Hasil Belajar .....	19
2.7. Bola Voli .....	20
2.8. Media Pembelajaran .....	26
2.9. Prinsip-prinsip Pembelajaran .....	27
2.10. Pembelajaran Bola Statis dan Dinamis .....	28
2.11. Kerangka Berfikir .....	29

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1. Subyek Penelitian .....	30
3.2. Obyek Penelitian .....	31
3.3. Waktu Penelitian .....	31
3.4. Lokasi Penelitian .....	31
3.5. Tehnik Pengumpulan Data .....	31
3.6. Instrumen Pengumpulan Data .....	37
3.7. Analisa Data .....	38

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1. Hasil Penelitian .....	42
4.2. Pembahasan .....	63

### **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

4.1. Simpulan .....	65
4.2. Saran .....	65

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	66
-----------------------------	----

<b>LAMPIRAN</b> .....	67
-----------------------	----



## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
8.	Hasil perolehan nilai belajar pada siklus 1 .....	46
9.	Pengamatan proses pembelajaran pada siklus 1 .....	47
10.	Hasil belajar pada siklus 1 .....	52
13.	Hasil belajar pada siklus 2 .....	57



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Ukuran BolaVoli.....	21
2. Lapangan Bola Voli .....	22
3. Posisi pemain voli .....	23
4. Posisi <i>Passing</i> bawah .....	25
5. <i>Passing</i> bawah Bola Statis dan Dinamis .....	28
6. Skema alur penelitian tindakan kelas .....	36
7. Grafik pencapaian teknik <i>passing</i> bawah siklus 1 .....	45
11. Diagram ketuntasan belajar siklus 1 .....	53
12. Grafik perbandingan siklus 1 dan siklus 2 .....	57
17. Gambar Diagram Ketuntasan belajar Siklus II .....	62



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat penetapan dosen pembimbing skripsi .....	66
2. Surat Ijin Penelitian .....	67
3. Surat Keterangan dari sekolah .....	68
4. Daftar siswa kelas IV .....	69
5. Silabus pembelajaran .....	70
6. Rencana pelaksanaan pembelajaran siklus 1 .....	72
7. Rencana pelaksanaan pembelajaran siklus 2 .....	79
8. Instrumen penilaian RPP siklus 1 .....	86
9. Instrumen penilaian RPP siklus 2 .....	88
10. Instrumen penilaian praktik siklus 1 .....	90
11. Instrumen penilaian praktik siklus 2 .....	92
12. Kuisioner kognitif siklus 1 .....	94
13. Kuisioner kognitif siklus 2 .....	95
14. Instrumen Penilaian .....	96
15. Lembar penilaian afektif siklus 1 .....	98
16. Lembar penilaian afektif siklus 2 .....	100
17. Lembar penilaian kognitif siklus 1 .....	102
18. Lembar penilaian kognitif siklus 2 .....	104
19. Lembar penilaian psikomotor siklus 1 .....	106
20. Lembar penilaian psikomotor siklus 2 .....	108
21. Hasil belajar siswa siklus 1 .....	110
22. Hasil belajar siswa siklus 2 .....	112
23. Dokumentasi siklus 1 .....	114
24. Dokumentasi siklus 2 .....	118



**UNNES**  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

SD Negeri Bongkok 02 merupakan salah satu sekolah dasar imbas sedangkan untuk pelaksanaan pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga SD Negeri Bongkok 02 merupakan suatu langkah jangka panjang dalam upaya peningkatan mutu sumber daya manusia, hasil yang diharapkan itu dapat dicapai dalam jangka waktu lama.

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga di SD Negeri Bongkok 02 terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran serta keikhlasan untuk hasil yang maksimal.

Langkah awal upaya meningkatkan pendidikan, kami berharap pendidikan jasmani dan olahraga di lembaga pendidikan SD Negeri Bongkok 02 dapat berkembang lagi agar dapat mampu menjadi landasan bagi pembinaan keolahragaan nasional. Oleh sebab itu, pembinaan sikap dan dorongan motivasi mulai terus dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Bongkok 02, diselenggarakan dengan mematuhi kaidah-kaidah yang berlaku dan bisa memberikan sesuatu yang sangat penting nantinya bagi perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

Sering kali kita tidak dapat memanfaatkan kesempatan yang baik untuk mendidik dan sekaligus membentuk karakter anak-anak.

Kesempatan dalam memperoleh pendidikan dengan memberikan yang terbaik merupakan pemberian peluang di masa depan yang lebih baik lagi kepada setiap orang. Sedangkan pendidikan dikatakan berhasil jika dilaksanakan oleh guru atau tenaga pendidik yang bermutu dan pencapaian dalam pendidikan dan atau pengajarannya memerlukan dukungan dari sumber-sumber belajar yang lebih memadai dari keadaan sebelumnya.

Anak sekolah adalah generasi penerus bangsa, dan kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak pada saat ini. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan.

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mempelajari ilmu kesehatan dan olah fisik di sekolah. Pelajaran ini bertujuan untuk membangun kesehatan mental dan fisik siswa. Prestasi akademis di bangku sekolah tanpa didukung dengan mental dan fisik yang sempurna mustahil dapat dicapai.

Permasalahan yang sering terjadi di sekolah dikarenakan kurangnya motivasi kepada siswa untuk giat mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Siswa sulit untuk mengikuti latihan-latihan olahraga yang disampaikan oleh guru sebab mereka menganggap latihan tersebut melelahkan. Mereka lebih senang bermain kelereng.

Pendidikan jasmani itu sendiri merupakan media untuk mendorong perkembangan, ketrampilan gerak motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan terkait sikap, mental, emosional, spritual, sosial serta membiasakan pola hidup sehat yang



bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang serta harus mampu membangkitkan minat anak dalam hal gerak. Karena itu anak harus selalu diberi semangat untuk terus melakukan gerak.

Hal ini tidak mudah dilakukan dan hasilnya tidak bisa segera karena harus bertahap dan bersabar. Tatap muka dari pertemuan ke pertemuan, mungkin guru hanya akan mengamati kemajuan yang lambat, tersendat-sendat, serta seolah berjalan ditempat.

Sebagai tugas guru kita juga harus menyadari bahwa setiap anak didik memiliki karakter nya masing-masing dan berbeda. Ada yang berangkat ke sekolah dengan bekal seperangkat pengalaman yang memadai dan ada pula yang tidak membawa bekal sama sekali. Artinya, ada anak yang mudah dalam mempelajari gerak-gerak tertentu, sementara itu ada juga anak yang menemui kesulitan. Ada anak yang semangat ingin bisa, tidak banyak juga anak yang mudah menyerah. Perbedaan individual ini dalam hal kematangan dan pengalaman masa lalunya, menyebabkan kita sulit untuk memajukan anak-anak dalam hal belajar gerak.

Masyarakat desa bongkok mayoritas berpenghasilan sebagai buruh nelayan akan tetapi mereka sangat peduli sekali terhadap pendidikan, hal ini terbukti masyarakat desa bongkok menyekolahkan anaknya dan banyak yang berhasil. Baik dari tingkat ekonomi maupun pendidikan akan tetapi sangat disayangkan untuk masalah Olahraga masih dipandang kurang berminat apalagi dibandingkan dengan desa-desa yang lainnya di Kecamatan Kramat. Sarana dan prasarana olahraga kurang memadai

dan kurang maksimal dan tidak terurus, hal ini dapat dilihat pada lapangan sepakbola yang dimiliki desa bongkok tidak terurus dan jarang digunakan. Hal ini mempengaruhi bahwa minat masyarakat setempat dalam bidang olahraga kurang diminati.

Keadaan yang demikian ini ternyata mendorong dan menjadikan minat guru khususnya guru penjas untuk meningkatkan minat masyarakat setempat dalam bidang olahraga supaya ada peningkatan, khususnya bola voli.

Kenyataan yang ada di kelas IV ( Empat ) SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal, tingkat pemahaman untuk materi sangat rendah, begitu juga dengan penguasaan materinya rendah, khususnya pada materi bola voli mini.

Hasil tes yang telah dilakukan pada proses pembelajaran menunjukkan bahwa kenyataan yang ada baik untuk teknik dasar servis maupun *Passing* bawah hasilnya masih banyak dibawah kriteria ketuntasan minimal. Oleh karena itu penulis selaku guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merasa masih perlu adanya perbaikan dalam pembelajaran. Beberapa masalah yang terjadi selama pembelajaran berlangsung yaitu:

- 1.1.1. Peserta didik terlihat masih takut dengan bolavoli
- 1.1.2. Peserta didik tidak memperhatikan materi yang disampaikan guru.
- 1.1.3. Keterampilan yang dimiliki peserta didik masih kurang.
- 1.1.4. Dalam melakukan passing bola voli mini peserta didik masih banyak yang tidak sesuai dengan tehnik dasar nya.

Adapun minat siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 terhadap permainan bola voli mini masih kurang bila dibandingkan dengan permainan bola besar lainnya seperti sepakbola, adapun alasan beragam mengapa anak tidak menyukai permainan bola voli mini diantaranya adalah takut dengan bola voli karena alat yang digunakan dalam pembelajaran *Passing* bawah pada permainan bola voli mini kurang sesuai dengan karakter siswa sehingga siswa merasa kurang nyaman dan sebagian besar tangannya merasa sakit setelah melakukan *Passing* bawah.

Berdasarkan keterangan dan uraian di atas penulis akan mengadakan penelitian tentang "pembelajaran *Passing* bawah bolavoli mini melalui permainan bola statis dan dinamis pada siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016"

## **1.2. Perumusan Masalah**

Dengan cara bagaimana penulis dapat mengetahui peningkatan hasil belajar dalam pembelajaran *Passing* bawah bola voli mini menggunakan bola statis dan dinamis pada siswa kelas IV (empat) SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal ?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah agar dapat diketahui sejauh mana peningkatan hasil belajar dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli mini dengan menggunakan permainan bola statis dan dinamis pada siswa

kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016.

#### 1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

##### 1.4.1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat bukti bahwa melalui penggunaan media bola statis dan dinamis dalam pembelajaran *Passing* bawah bola voli mini dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016.

##### 1.4.2. Bagi Siswa

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat dan berguna untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal.

##### 1.4.3. Bagi Guru

1.4.3.1. Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi guru sebagai bahan pembelajaran dan masukan untuk menambah ilmu pengetahuan.

1.4.3.2. Melalui penelitian ini guru dapat menerapkan strategi pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa khususnya untuk meningkatkan pembelajaran *Passing* bawah bola voli mini.

##### 1.4.4. Bagi Sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan mutu pendidikan di SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal.

### 1.5. Sumber Pemecahan Masalah

Pendidikan jasmani, di dalam nya banyak faktor-faktor yang dapat mendukung yaitu; faktor Guru yang menyampaikan informasi, siswa yang menerima informasi, sarana dan prasarana, dan juga metode pembelajarannya.

Metode pembelajaran yang dipilih harus sesuai dalam proses pembelajaran teori atau praktek, untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses pembelajaran. Proses pembelajaran bisa dikatakan efektif bila ada perubahan perilaku yang terjadi pada siswa tidaknya mencapai tingkat yang optimal.

Berdasarkan hasil pengamatan dari penulis selaku guru pendidikan jasmani di SD Negeri Bongkok 02, dalam hal ini belum berhasilnya siswa dalam melakukan *Passing bawah* disebabkan karena siswa merasa kesakitan pada tangan sehabis melakukan *Passing bawah* dan merasa takut ketika mengikuti pembelajaran sehingga penulis mempunyai rencana untuk memodifikasi bolavoli menggunakan bola karet yang ringan.

Harapan penulis bahwa hasil yang diperoleh dengan menggunakan bola karet tersebut diantaranya adalah siswa tidak lagi merasa kesakitan dalam melakukan *Passing bawah* dan guru bisa lebih mudah mengajarkan *Passing bawah* karena siswa akan terfokus pada teknik

pembelajaran *Passing* bawah dan siswa sedikit akan melupakan rasa sakit pada tangan karena awalnya menggunakan bolavoli.

Mencermati hal tersebut di atas, maka perlu adanya suatu pembelajaran yang menciptakan cara belajar siswa dengan cara belajar aktif sesuai dengan keadaan dan kebutuhannya, sehingga kemampuan yang dimiliki siswa akan terus berkembang dengan maksimal maka tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan tujuan pendidikan nasional akan tercapai dengan baik. Salah satunya adalah dengan menerapkan pembelajaran *passing* bawah bola voli mini dengan menggunakan permainan bola statis dan dinamis pada siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02

Selain pembelajaran permainan bola voli tersebut, seiring dengan perkembangan olahraga bola voli dan pentingnya peranan pembelajaran yang sesuai dalam meningkatkan keterampilan *Passing* bawah bola voli, sehingga guru perlu untuk mengadakan kegiatan ekstra kurikuler jam tambahan pada sore hari.

## **1.6. Penegasan Istilah**

Untuk mengantisipasi agar tidak salah pengertian dalam penafsiran judul skripsi ini, maka penulis akan menjelaskan istilah-istilah penting dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah dan diharapkan tidak salah pengertian dan penafsiran.

### **1.6.1. Pembelajaran**

Pembelajaran adalah suatu kegiatan yang bertujuan yakni membelajarkan siswa. Sedangkan proses pembelajaran itu sendiri merupakan suatu rangkaian kegiatan yang selalu melibatkan

berbagai komponen sehingga setiap guru harus memahami sistem pembelajaran melalui pemahaman tersebut. (Muhammad Rohman,2013:3)

#### 1.6.2. Teori belajar

(Slameto,2010:2) Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman sendiri dengan cara interaksi dalam lingkungannya. Pembelajaran merupakan suatu sistem yang membantu siswa belajar dan berinteraksi dengan sumber belajar dan lingkungan.

#### 1.6.3. Teori Belajar Humanisme

Menurut teori humanisme, tujuan belajar adalah untuk memanusiakan manusia. Proses belajar dianggap berhasil jika seorang siswa telah memahami lingkungannya dan dirinya sendiri. Teori belajar ini berusaha memahami perilaku belajar dari sudut pandang pelakunya bukan dari sudut pandang pengamatnya. Dalam hal ini peranan guru dalam teori ini yaitu sebagai fasilitator menjembatani terhadap siswa sedangkan guru itu sendiri harus selalu memberikan motivasi, kesadaran mengenai arti kehidupan pada siswa. Guru memberikan fasilitas pengalaman belajar kepada siswa serta mendampingi siswa untuk mendapatkan suatu tujuan pembelajaran. Siswa berperan aktif sehingga siswa sebagai pelaku utama dapat mengerti dan memahami tentang proses pengalaman belajarnya sendiri.

#### 1.6.4. Sistem

Sistem adalah suatu kebulatan keseluruhan yang kompleks serta terorganisir: suatu himpunan dan perpaduan serta bagian-bagian yang membentuk suatu kebulatan atau keseluruhan yang kompleks dan utuh, karena merupakan suatu komponen yang saling berkaitan yang bersama-sama berfungsi untuk mencapai suatu tujuan. (Muhammad Rohman,2013:1)

#### 1.6.5. Passing bawah bolavoli

Passing bawah bola voli adalah tehnik dasar bola voli di gunakan untuk mengatur posisi, memukul bola, dan mengarahkan bola ke arah sasaran.(Drs.Sugiarto, 2009:21)

#### 1.6.6. Permainan bola statis dan dinamis

Permainan bola statis dan dinamis adalah sebuah permainan yang di buat oleh peneliti untuk menarik perhatian siswa agar tercipta pembelajaran yang efektif dan menyenangkan karena terbuat dari karet yang ringan dan diberi motif-motif sehingga siswa tertarik untuk mencoba melakukan passing bawah.



## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1. Sejarah**

Bola voli merupakan permainan olahraga beregu yang berasal dari Amerika Serikat. Diciptakan oleh William C Morgan tahun 1895. Tiap regu bolavoli terdiri atas enam orang pemain.

Olahraga bola voli masuk ke Indonesia pada masa pendudukan Jepang. Perkembangan bola voli di Indonesia cukup baik. Bahkan bangsa Indonesia sudah pernah merajai di tingkat ASEAN. Walaupun demikian di tingkat Nasional, kekuatan bola voli masih berada di Pulau Jawa, belum merata di setiap Provinsi. (Bebbi Oktara, 2010:139)

#### **2.2. Konsep Belajar Keterampilan Gerak**

(Sugiyanto,2000:13) menjelaskan tentang keterampilan gerak adalah sebagai berikut: Keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan yang efisien dan efektif. sedangkan keterampilan gerak merupakan suatu wujud dari kualitas koordinasi dan kontrol yang berkaitan dengan bagian-bagian yang ada pada organ tubuh yang terlibat dalam gerakan tersebut.

Menurut pandangan Gesell mengenai perkembangan dengan pendekatan kematangan dipengaruhi oleh “teori rekapitulasi” yang di dalamnya terdapat suatu pandangan bahwa perkembangan yang terjadi pada setiap individu menunjukkan dan merefleksikan perkembangan species(rumpun makhluk hidup). Gesell percaya bahwa sejarah biologis

dan evolusi dari suatu species (contohnya manusia) manusia menunjukkan perkembangan yang sangat teratur dan dengan tahapan yang urut, dan cepat atau lambat tahapan perkembangan ditentukan secara individu. Arnold Gesell (1954).

### **2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi sistem pembelajaran**

#### 2.3.1. Faktor Guru

(Muhammad Rohman,2013:4) Guru adalah komponen yang menentukan dalam implementasi suatu strategi pembelajaran. Dalam proses pembelajaran, guru tidak hanya berperan sebagai model atau teladan bagi siswa yang diajarnya, akan tetapi juga sebagai pengelola pembelajaran (manager of laerning).

Dengan demikian, efektivitas proses pembelajaran terletak dipundak guru, oleh karena itu, keberhasilan suatu proses pembelajaran sangat ditentukan oleh kualitas dan kemampuan yang dimiliki guru.

Berdasarkan UU Nomor 20 pasal 1 butir 6 tahun 2003 tentang Sisdiknas, Pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator, dan istilah lainnya yang sesuai dan yang juga berperan dalam pendidikan.

Hermawan, dkk (2008: 94), guru menempati posisi kunci dan strategis untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif dan menyenangkan untuk mengarahkan siswa agar bisa mencapai tujuan secara maksimal.

Guru merupakan komponen pembelajaran yang berperan sebagai pelaksana dan penggerak serta motifator kegiatan pembelajaran. Agar dalam kegiatan pembelajaran dapat berjalan baik dan berhasil dengan sukses, maka guru harus menciptakan serta merancang pembelajaran dengan baik, dalam arti mempertimbangkan tujuan pembelajaran yang akan dicapai dan dilaksanakan, karakteristik siswa, guru merumuskan tujuan, menetapkan materi, memilih metode dan media, serta evaluasi pembelajaran yang tepat dalam rancangan pembelajarannya.

Menurut Dunkin (1974), ada sejumlah aspek yang dapat mempengaruhi kualitas proses pembelajaran dilihat dari fakta guru, yaitu:

1. Teacher formative Experience, jenis kelamin dan semua pengalaman hidup seorang guru yang menjadi latar belakang sosial mereka.
2. Teacher Training Experience, meliputi pengalaman-pengalaman yang berhubungan dengan aktivitas dan latar belakang pendidikan guru, misalnya pengalaman latihan profesional, tingkat pendidikan, pengalaman jabatan.
3. Teacher Properties, segala sesuatu yang berhubungan dengan sifat yang dimiliki guru, misalnya sikap guru terhadap profesinya, sikap guru terhadap siswa, kemampuan atau intelegensi guru, motivasi dan kemampuan mereka baik kemampuan dalam pengelolaan pembelajaran termasuk didalamnya kemampuan dalam penguasaan materi pelajaran.

### 2.3.2. Faktor Siswa

Barnadila (1983) memberikan kriteria tentang seseorang dapat disebut sebagai siswa (kesiswaan) manakala telah lulus ujian seleksi, maupun latar belakang atau akademis yang kuat, wawasan yang sangat luas dan cukup mendalam integritas kepribadian yang dewasa, dan memiliki sifat-sifat ilmunan: objektif, kritis, analitis, integratif dan komprehensif dengan daya logika yang tinggi untuk jenjang sarjana. Kriteria tersebut tentunya akan terlihat jelas berbeda dengan kriteria bagi siswa yang baru akan mau masuk SMP maupun SMA.

Sikap dan penampilan siswa didalam kelas juga bisa mempengaruhi proses pembelajaran, adakalanya ditemukan siswa yang sangat aktif (hyperaktif) dan ada juga siswa yang pendiam, tidak sedikit pula ditemukan siswa yang memiliki motivasi rendah dalam belajar. Semua itu akan mempengaruhi proses pembelajaran didalam kelas.

Bagaimanapun faktor siswa dan guru merupakan faktor yang sangat menentukan dalam interaksi pembelajaran. menurut Pasal 1 butir 4 UU Nomor 20 tahun 2003 tentang Sisdiknas, peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang dan pendidikan tertentu. Siswa atau peserta didik merupakan subyek utama dalam pembelajaran dalam usaha pencapaian tujuan Pembelajaran yang telah dibuat sebagai acuan kegiatan belajar-mengajar.

### 2.3.3. Faktor Sarana dan Prasarana

Terdapat beberapa keuntungan bagi sekolah yang mempunyai atau memiliki kelengkapan sarana dan prasarana, yaitu:

1. Kelengkapan sarana dan prasarana dapat menumbuhkan gairah dan motivasi guru dalam mengajar, sedangkan mengajar dapat dilihat dari 2 dimensi, yaitu sebagai proses penyampaian materi dan sebagai proses pengaturan lingkungan.
2. Kelengkapan sarana dan prasarana dapat memberikan berbagai pilihan pada siswa untuk belajar, karena setiap siswa mempunyai gaya belajar yang berbeda maka sarana dan prasarana sangat dan perlu sebagai penunjang dalam proses pembelajaran.

### 2.3.4. Faktor Lingkungan

1. Faktor organisasi kelas, yang didalamnya meliputi jumlah siswa dalam satu kelas merupakan aspek penting yang bisa mempengaruhi proses pembelajaran. Organisasi kelas yang terlalu besar akan tidak efektif untuk mencapai tujuan pembelajaran.
2. Faktor sosial iklim sosial-psikologis yaitu keharmonisan hubungan antara orang yang terlibat dalam proses pembelajaran.

## 2.4. Komponen Sistem Pembelajaran

Belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku seseorang ataupun individu. Namun demikian, kita akan merasa sulit ketika melihat

bagaimana proses terjadinya perubahan tingkah laku dan sikap dalam diri seseorang atau individu, karena perubahan tingkah laku tersebut sangat berhubungan dengan perubahan sistem syaraf dan perubahan energi yang sulit dilihat dan diraba.

#### 2.4.1. Komponen-Komponen Sistem Pembelajaran

1. Tujuan, tujuan merupakan komponen yang sangat penting dalam sistem pembelajaran. Sesuai dengan standar isi, kurikulum yang berlaku untuk setiap satuan pendidikan adalah kurikulum berbasis kompetensi yang sangat diharapkan mampu memecahkan berbagai permasalahan berbagai persoalan bangsa, khususnya dalam bidang pendidikan.

Kurikulum ( curriculum ) berasal dari bahasa Yunani, **curir** yang artinya “pelari” dan **curere** yang berarti “tempat berpacu”. yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari garis start sampai garis finish. Secara terminologis, istilah kurikulum mengandung arti beberapa pengetahuan dan sejumlah mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan siswa guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah

(Sudjana, 2009:1).

2. Materi pelajaran merupakan komponen kedua dalam sistem pembelajaran karena merupakan inti dari proses pembelajaran.

Materi pelajaran, terdiri dari materi formal yang di dapat dari buku-buku teks resmi (buku paket) sekolah dan materi

informal yang di dapat dari lingkungan sekitar dengan maksud agar proses pembelajaran lebih relevan dan aktual.

Materi juga merupakan salah satu faktor-faktor penentu keterlibatan siswa. Adapun karakteristik dari materi yang bagus menurut Hutchinson dan Waters adalah:

- a. Adanya teks yang menarik.
  - b. Adanya kegiatan atau aktivitas yang menyenangkan serta meliputi kemampuan berpikir siswa.
  - c. Memberi kesempatan siswa untuk menggunakan pengetahuan dan ketrampilan yang sudah mereka miliki.
  - d. Materi yang dikuasai baik oleh siswa maupun guru.
3. Strategi atau metode adalah suatu komponen yang juga mempunyai fungsi sangat penting dalam menentukan keberhasilan pencapaian tujuan pembelajaran.
  4. Alat dan sumber, walaupun fungsinya sebagai alat bantu, akan tetapi mempunyai peran yang sedikit dan tidak kalah pentingnya dengan komponen-komponen yang lain.
  5. Evaluasi merupakan suatu komponen yang terakhir dalam sistem proses pembelajaran. Evaluasi bukan hanya saja berfungsi untuk melihat keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran, akan tetapi juga berfungsi sebagai umpan balik bagi guru atas kinerjanya dalam pengelolaan suatu pembelajaran, melalui evaluasi maka kita dapat melihat kekurangan dalam pemanfaatan berbagai komponen sistem pembelajaran.

## 2.5. Pengertian Pendidikan Jasmani

Beberapa ahli mengemukakan pendapatnya tentang pendidikan jasmani yang antara lain sebagai berikut : Pendidikan Jasmani menurut Pendidikan Jasmani terdiri dari dua kata jasmani (*physical*) dan Pendidikan (*education*). Kata jasmani memberi pengertian pada kegiatan bermacam-macam kegiatan jasmani yang meliputi kekuatan jasmani, pengembangan jasmani, kecakapan jasmani, kesehatan jasmani dan penampilan jasmani. (Bucher, 1983:15)

Sedangkan tambahan kata pendidikan yang kemudian menjadi pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. menurut *pangrazi dan Dauger (1992)* dalam Andang Suherman (2000:20) Menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah merupakan bagian dari suatu program umum yang memberikan kontribusi, terutama dalam perkembangan anak secara utuh dan menyeluruh. menurut Supandi (1991:1) Pendidikan jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya.

Hal ini kemudian di susun secara sistematis dalam bentuk kegiatan belajar – mengajar untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan social siswa.

Menurut *Baley dan Field (1976)* Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik yang akan menghasilkan adaptasi pada organik, syaraf otot, intelektual, sosial, kultural, emosional dan estetika. menurut H.Abdulkadir Ateng, 1992



Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan.

Sebagai integral dari proses pendidikan keseluruhan, pendidikan jasmani merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuromuskuler, intelektual dan sosial. pengertian-pengertian pendidikan jasmani di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan dengan melalui aktifitas jasmani yang di siapkan dan dikemas sedemikian rupa untuk meningkatkan pertumbuhan seluruh ranah, yaitu ranah psikomotor, kognitif, afektif, jasmani.

## **2.6. Hasil Belajar**

Hasil belajar merupakan tolak ukur yang dapat digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan dari siswa dalam mengetahui dan memahami suatu mata pelajaran, biasanya hal ini dinyatakan dengan nilai yang berupa huruf atau angka-angka. Hasil belajar tersebut dapat berupa penguasaan keterampilan, nilai dan sikap setelah siswa mengalami proses belajar. Melalui proses belajar mengajar diharapkan siswa memperoleh kependaian dan kecakapan tertentu serta perubahan-perubahan pada dirinya.

Menurut Sudjana (2010: 22), "Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Hasil dari belajar dapat terlihat dalam berbagai jenis perubahan atau pembuktian tingkah laku seseorang". Selanjutnya menurut Slameto (dalam Emarita, 2001) menyatakan: "Hasil belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan

seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri”.

Hasil belajar adalah sesuatu yang diperoleh seseorang setelah melakukan kegiatan belajar.

Hasil belajar nampak dari perubahan suatu tingkah laku pada diri siswa, yang dapat diamati dan diukur dalam bentuk perubahan pengetahuan sikap dan keterampilan siswa. Hamalik (2002) menyatakan bahwa “Perubahan disini dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik di bandingkan dengan sebelumnya, misalnya dari tidak tau menjadi tahu”.

Berdasarkan konsepsi di atas, pengertian hasil belajar dapat disimpulkan sebagai perubahan perilaku secara positif serta kemampuan yang dimiliki siswa dari suatu interaksi tindakan belajar dan mengajar yang berupa hasil belajar intelektual, strategi kognitif, sikap dan nilai, inovasi verbal, dan hasil belajar motorik. Perubahan tersebut dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya.

## **2.7. Bola Voli**

### **2.7.1. Pengertian Bola voli**

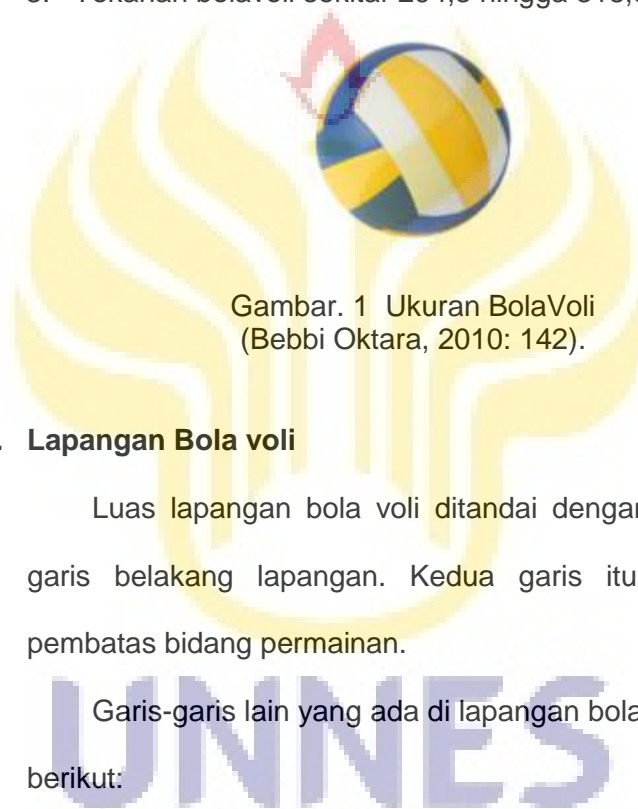
Bola voli adalah olahraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan, masing-masing grup memiliki 6 orang pemain dan dipisahkan oleh netmencoba untuk membuat poin dengan cara menjatuhkan bola ke lapangan lawan yang di selenggarakan di bawah aturan.

### 2.7.2. Bola

Bola merupakan peralatan utama pada permainan bola voli. Bola voli memiliki berbagai jenis, tergantung kualitas bola.

Ukuran bolavoli

1. Bolavoli memiliki ukuran keliling lingkaran 65 – 67 cm.
2. Berat bolavoli 260 hingga 280 gram
3. Tekanan bolavoli sekitar 294,3 hingga 318,82 mbar atau hPa



Gambar. 1 Ukuran BolaVoli  
(Bebbi Oktara, 2010: 142).

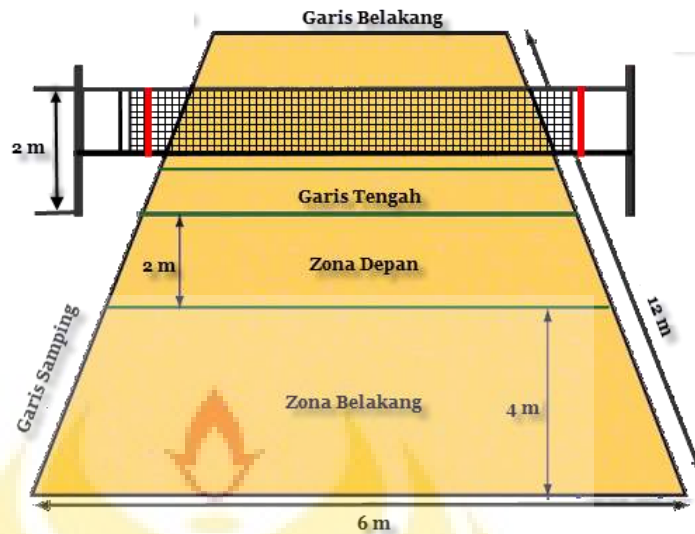
### 2.7.3. Lapangan Bola voli

Luas lapangan bola voli ditandai dengan garis pinggir dan garis belakang lapangan. Kedua garis itu merupakan garis pembatas bidang permainan.

Garis-garis lain yang ada di lapangan bolavoli adalah sebagai berikut:

1. Garis tengah yang membagi lapangan menjadi dua bagian yang sama, dengan ukuran masing-masing 9 x 9 meter.
2. Garis serang yang sejajar dengan garis tengah berjarak 3 meter dari garis tengah.
3. Daerah servis, yaitu daerah selebar 9 meter di belakang setiap akhir. Ukurannya sepertiga lapangan

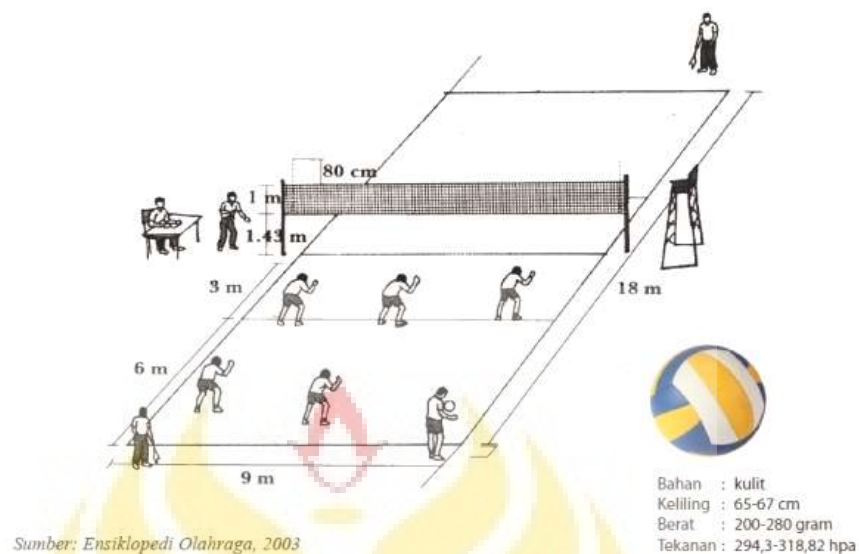
Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar dibawah ini (Drs. Sugiarto, 2009: 7).



Gambar. 2 Lapangan Bola Voli  
(Bebbi Oktara, 2010: 144).

#### 2.7.4. Posisi Pemain Voli di Lapangan

Para pemain voli harus berada pada posisi rotasi yang benar sebelum servis dilakukan. Setelah servis dilakukan, para pemain diperbolehkan untuk bermain diposisi manapun. Mereka boleh diluar atau didalam bidang lapangan permainan. kecuali, pemain baris belakang tidak boleh meninggalkan daerahnya. Mereka harus memukul bola menyeberangi net dari posisi yang lebih tinggi dari bagian atas netketika berada didepan garis serang. Ketika tim yang tidak melakukan servis memenangkan sebuah reli, terjadilah “pindah bola “. Bila sebuah tim berhasil memperoleh pindah bola, perhatikan posisinya dalam gambar 2



Gambar. 3 Posisi Pemain voli  
 ( Bebbi Oktara, 2010: 144).

### 2.7.5. Tehnik Dasar Bola voli

Dalam mempelajari olahraga bolavoli ada beberapa hal yang harus diperhatikan keberhasilan belajar atau latihan bolavoli ditentukan oleh proses latihan dan cara latihan. Oleh karena itu berlatih harus dengan cara yang benar.

Olahraga permainan bola voli adalah permainan beregu, maka pola kerjasama antar pemain mutlak diperlukan untuk membentuk team yang kompak dengan demikian, penguasaan teknik-teknik dasar dalam olahraga bola voli secara perorangan sangatlah penting untuk dikuasai. Seperti dikatakan oleh Sarumpaet (1991:133), bahwa:“ penguasaan teknik dasar bola voli merupakan unsur yang menentukan kalah dan menangnya suatu regu dalam pertandingan.

Oleh karena, itu teknik dasar permainan harus benar-benar dikuasai lebih dahulu agar dapat mengembangkan untuk pertandingan lancar dan teratur. "Pengertian "teknik dasar" menurut Yunus (1992: 68) adalah "cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal".

Selanjutnya dikatakan pula mengenai macam teknik dasar, yaitu : *servis, Passing, smash* dan *block*.

#### 2.7.6. **Passing Bawah Bola voli**

Salah satu tehnik dasar dan vital yang lain, yang juga wajib dikuasai oleh setiap pemain bola voli adalah tehnik *pasing*. Tanpa adanya penguasaan tehnik *pasing* yang baik, maka sebuah tim tidak akan mampu menghadapi pertandingan dengan baik. Karena, *pasing* adalah langkah awal yang akan menentukan kemampuan sebuah tim untuk bertahan dan melakukan penyerangan. Dengan adanya penguasaan tehnik *pasing* yang baik, maka seorang *setter* akan lebih mudah dalam menyesuaikan arah dan tinggi bola yang akan diset. Dengan demikian, sang *attacker*-pun akan dapat melakukan *spike* secara maksimal.

Dengan kata lain, *pasing* juga biasa dikenal dengan sebutan "reception", yaitu sebuah usaha tim dalam rangka menerima, menahan, dan mengendalikan *servis* atau segala bentuk penyerangan yang dilakukan oleh tim lawan. *Pasing* yang baik, bukanlah *pasing* yang hanya mampu mencegah bola agar tidak

jatuh atau menyentuh area timnya, tetapi juga harus mampu mencapai posisi *setter* dengan arah yang tepat, serta dengan gerakan dan kecepatan yang stabil. Dengan demikian, sang *setter* dan *attacker* akan mampu menciptakan berbagai variasi serangan dengan mudah.

*Passing Bawah* adalah jenis passing yang dilakukan dimana bola diumpun dari bawah dada, untuk melakukan *passing Bawah* langkah-langkah nya adalah :

1. Sikap tubuh dalam posisi sikap penjagaan, kedua tangan di satukan.
2. Tubuh merendah hingga kedua tangan tidak mencapai ketinggian lutut.
3. Saat bola mengarah ke kita, ayunkan kedua lengan ke atas dan arahkan bola tepat di tengah-tengah antara siku dan pergelangan tangan.
4. Ayunkan tangan jangan melewati batas bahu.
5. Ayunan lengan dilakukan dengan cara mengeraskan otot perut dan otot kedua lengan. Diharapkan pantulan bola akan lebih sempurna.



Gambar. 4. posisi *passing bawah*

### 2.7.7. Kegunaan *Passing* Bawah

1. Untuk penerimaan bola servis
2. Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan / smash.
3. Untuk pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net.
4. Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh dari lapangan permainan.
5. untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

### 2.7.8. Faktor yang mempengaruhi Bola voli

Faktor–faktor tersebut dapat diklasifikasikan menjadi empat aspek yaitu:

1. Aspek biologis terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh, struktur tubuh dan gizi.
2. Aspek psikologis terdiri atas intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan saraf.
3. Aspek lingkungan.
4. Aspek penunjang.

## 2.8. Media Pembelajaran

### 2.8.1. Hakekat Pembelajaran

Pembelajaran adalah Seperangkat peristiwa yang mempengaruhi peserta didik sedemikian rupa sehingga peserta



didik tersebut memperoleh kemudahan. Pendidikan, pengajaran dan pembelajaran mempunyai hubungan konseptual yang sama.

Perbedaannya, pendidikan memiliki cakupan yang lebih luas yaitu mencakup pengajaran dan pembelajaran. Dan pengajaran merupakan bagian dari pembelajaran.

Teori belajar adalah konsep-konsep dan prinsip-prinsip belajar yang bersifat teoritis dan telah teruji kebenarannya melalui eksperimen.

Sedangkan teori pembelajaran merupakan implementasi prinsip-prinsip teori belajar dan berfungsi untuk memecahkan masalah praktis dalam pembelajaran.

## **2.9. Prinsip-Prinsip Pembelajaran**

### **2.9.1. Prinsip Pembelajaran Teori *Behavioristik* ( *Hartley & Davies* )**

Pembelajaran yang dapat menimbulkan proses belajar yang baik apabila:

- a. Peserta didik berpartisipasi secara aktif.
- b. Materi disusun dalam unit-unit kecil secara sistematis dan logis.
- c. Tiap respon peserta didik diberi balikan dan disertai penguatan.

### **2.9.2. Prinsip Pembelajaran teori Kognitif ( *Reilley & Lewis* )**

hanya proses pengulangan, tapi perlu disertai proses transfer secara lebih luas.

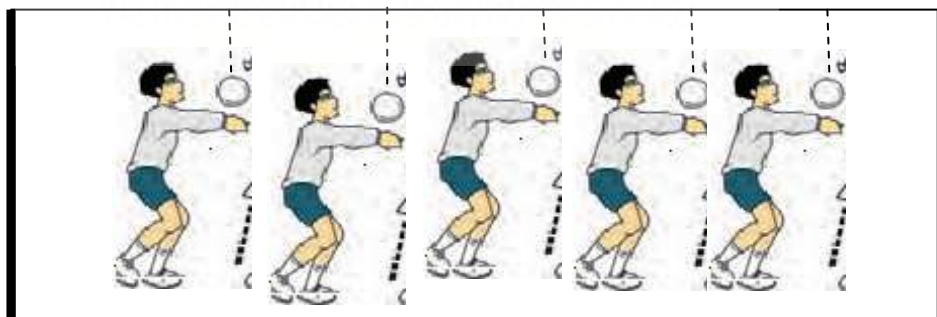
- a. Menekankan adanya pola hubungan.
- b. Menekankan pembelajaran prinsip dan konsep.

- c. Menekankan struktur disiplin ilmu dan struktur kognitif.
- d. Obyek pembelajaran seperti apa adanya.
- e. Menekankan pentingnya bahasa sebagai dasar pikiran dan komunikasi.
- f. Perlunya memanfaatkan pengajaran perbaikan yang lebih bermakna.

### 2.10. Pembelajaran Bola Statis dan Dinamis

Media pembelajaran Bola Statis dan Dinamis merupakan suatu bentuk media pembelajaran yang dibuat peneliti dengan menggunakan bola karet ringan yang di ikat menggunakan tali raffia atau tambang. Tujuan dilaksanakannya pembelajaran menggunakan media bola Statis dan Dinamis adalah:

1. Meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam melakukan pembelajaran.
2. Meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa untuk melakukan teknik yang benar.
3. Meningkatkan keberanian siswa untuk melakukan passing bawah.
4. Memberikan suasana baru dalam pembelajaran.



Gambar. 5. *Passing Bawah* Bola Statis dan Dinamis

### 2.11. Kerangka Berfikir

Pendidikan jasmani olahraga dan rekreasi merupakan mata pelajaran yang mempelajari ilmu tentang pembelajaran melalui aktivitas jasmani. Oleh sebab itu dalam penerapan pembelajarannya hanya sebatas teori oleh siswa sekolah dasar yang masih dalam tahap bermain. Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang bisa dan mampu melibatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran.

Strategi pembelajaran yang dapat diterapkan adalah sebagai upaya untuk meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani salah satunya yaitu menerapkan pembelajaran permainan bola statis dan dinamis. Melalui permainan bola statis dan dinamis ini diharapkan tercipta suasana belajar yang menyenangkan, karena selama pembelajaran siswa akan mendapatkan kesempatan dalam bergerak yang lebih bebas untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran sesuai materi yang sedang di ajarkan, sehingga memudahkan siswa untuk memahami materi pembelajaran.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Simpulan**

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa permainan bola statis dan dinamis dapat meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas IV SD Negeri Bongkok 02 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016

#### **5.2 Saran**

1. Guru Penjasorkes hendaknya dalam melaksanakan tugas Mengajar selalu melaksanakan Penelitian Tindakan kelas apabila timbul masalah sebagai faktor penghamabat proses belajar mengajar.
2. Dari masalah-masalah yang timbul tersebut seorang guru penjasorkes hendaknya berusaha mencari jalan/cara untuk memecahkan masalah tersebut.
3. Guru hendaknya selalu memanfaatkan alat peraga yang ada di lingkungan sekolah untuk menarik perhatian siswa dan untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi pelajaran yang disampaikan.
4. Guru diharapkan selalu meningkatkan mutu pendidikan dan memperbaiki strategi pembelajaran dengan menerapkan metode serta media pembelajaran yang sesuai dengan materi guna menciptakan pembelajaran yang efektif dan menyenangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir, Ateng.1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Jasmani.
- Adang Suhaerman.2000. *Dasar –dasar penjaskes*. Jakarta: Direktorat jenderal pendidikan dasar dan menengah Departemen Pendidikan Nasional.
- Agus Kristianto. 2010. *Penelitian tindakan kelas*. Surakarta: FKIP UNS
- Bebbi Oktara. 2010. *Permainan Bola Besar*. Jakarta: CV. Binamuda Ciptakreasi
- Dadan Heryana, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas IV*. Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Darsono, Max.2001. *Belajar dan Pembelajaran*.Semarang: CV IKIP Semarang press
- Dikpora Pemerintah kabupaten Tegal. 2010. *Silabus Penjasorkes, kelas IV Semester 1 & 2, Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Tegal.
- Furqon Hidayatullah. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*: Surakarta UNS Press
- <http://Dhaksinarga, 2007. Pembelajaran .com>
- <http://Wikipedia, 2009. Permainan.com>
- Mugiyo Hartono. 2002. *Manajemen Keolahragaan*: FIK Unnes
- Muhammad Rahman, Sofan Amri. 2013 *Strategi dan desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Jakarta Prestasi Pustakarya
- Sugiarto. 2009. *Pemain Voli Hebat*. Jakarta Pusat: PT. Bina Sarana Pustaka
- Sutrisno. 2008. *Pemain voli berprestasi*.PT Musi perkasa Utama
- Suharsini Arikunto, 2006.*Prosedur Penelitian*. Jakarta:PT Rineka Cipta.