



**MENINGKATKAN GERAK DASAR *PASSING* ATAS
PADA PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA KELAS V
SD NEGERI KETILENG 01 KECAMATAN KRAMAT
KABUPATEN TEGAL
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian Studi Strata 1
Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh

**SATRIO ABDI
6102914022**



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

ABSTRAK

Satrio Abdi. 2016. **Meningkatkan Gerak Dasar *Passing* Atas Pada Pembelajaran Bola Voli Siswa Kelas V Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016**. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd dan Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Teknik Dasar *Passing* atas, Permainan Dorong Tangkap.

Latar belakang penulisan skripsi ini adalah tidak tercapainya hasil pembelajaran *passing* atas dalam bola voli karena kekhawatiran siswa dan takut terkilir dalam mempelajari *passing* atas. Permasalahan yang menjadi perhatian dalam penelitian ini adalah bagaimana meningkatkan hasil pembelajaran *passing* atas dalam bola voli siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun 2015/2016. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 Tahun 2015/2016 dilihat dari aspek Psikomotor, Afektif dan Kognitif.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), sumber data dalam penelitian ini seluruh siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 yang berjumlah 20 siswa yang terdiri atas 14 siswa laki-laki dan 6 siswa putri. Obyek penelitian ini adalah pembelajaran gerak dasar *passing* atas melalui pendekatan permainan dorong tangkap. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi pelaksanaan pembelajaran, lembar hasil belajar, angket siswa, dan tes unjuk kerja siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, Hasil penelitian pada kondisi awal siswa yang memperoleh nilai KKM hanya 12 siswa (60%) setelah dilakukan penilaian tindakan kelas dengan penerapan pendekatan metode permainan dorong tangkap meningkat menjadi 17 siswa (85%). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan metode bermain dorong tangkap berhasil meningkatkan hasil pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 Tahun Pelajaran 2015/2016 materi *passing* atas bola voli.

Simpulan dalam skripsi ini adalah melalui permainan dorong tangkap hasil belajar *passing* atas bola voli mengalami peningkatan. Beberapa saran dari peneliti bagi siswa agar selalu semangat dalam mengikuti pembelajaran apapun materinya dan untuk guru harus bisa lebih kreatif dalam menciptakan metode pembelajaran yang sederhana dan mudah dipahami siswa, permainan dorong tangkap bisa dipakai guru penjasorkes yang lain dalam pembelajaran *passing* atas bola voli, bagi sekolah hendaknya mendukung kegiatan pembelajaran dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Satrio Abdi
NIM : 6102914022
Jurusan/Prodi : PJKR/PGPJSD
Judul skripsi : Meningkatkan Gerak Dasar *Passing* atas pada Pembelajaran Bola Voli Siswa Kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016

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

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

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Semarang, Mei 2016

Yang menyatakan



Satrio Abdi
NIM. 6102914022


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

Mengetahui,
Ketua Jurusan PJKR

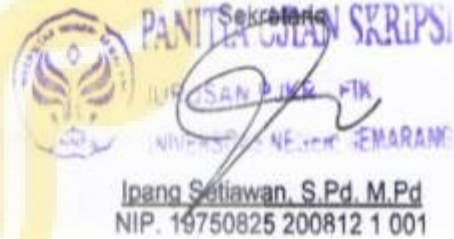

Drs. Muriyo Hartono, M.Pd
NIP. 196109031988031002


UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PENGESAHAN

Skripsi atas Nama Satrio Abdi, NIM 6102914022 Program Studi PJKR Judul "Meningkatkan Gerak Dasar *Passing* Atas Pada Pembelajaran Bola Voli Siswa Kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/2016" telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari: Sabtu tanggal. 28 Mei 2016.

Panitia Ujian



Dewan Penguji

1. Agus Rahario, S.Pd, M.Pd
NIP. 19620828 200604 1 003

(Penguji 1)

2. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd
NIP. 19620425 198601 1 001

(Penguji 2)

3. Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd
NIP. 19760905 200812 1 001

(Penguji 3)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

Bekerjalah untuk duniamu seakan-akan kamu akan hidup selamanya dan beribadallah untuk akhiratmu seakan-akan kamu akan mati besok.

(Al-Hadits)

PERSEMBAHAN:

Teriring syukurku padaMu, kupersembahkan karya ini untuk :

1. Kedua orang tua ku tercinta

Terima kasih yang sedalam-dalamnya untuk Ibunda tercinta almarhumah Ibu Maripah dan Ayahanda Tarsono atas do'a nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

2. Terima kasih yang setulus-tulusnya kepada kakakku Revonda Andestiadi, S.Pd & Via Pandesie, S.Pd yang telah memberikan semangat dan doa.

3. Untuk mbakyuku almarhumah Linda Putri Asih, terima kasih untuk teman baikku yang sempat menemani hari-hariku Almarhumah Cahya Anugrah Widiati, serta Heny Mulyawati, S.Pd yang senantiasa bersabar menantiku.

4. Untuk saudaraku Rizal Ilafi yang telah membantu dan menggantikan pekerjaanku selama perkuliahan di Semarang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dengan judul “Meningkatkan gerak dasar *passing* atas pada pembelajaran bola voli siswa kelas V SDN Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal 2015/2016”.

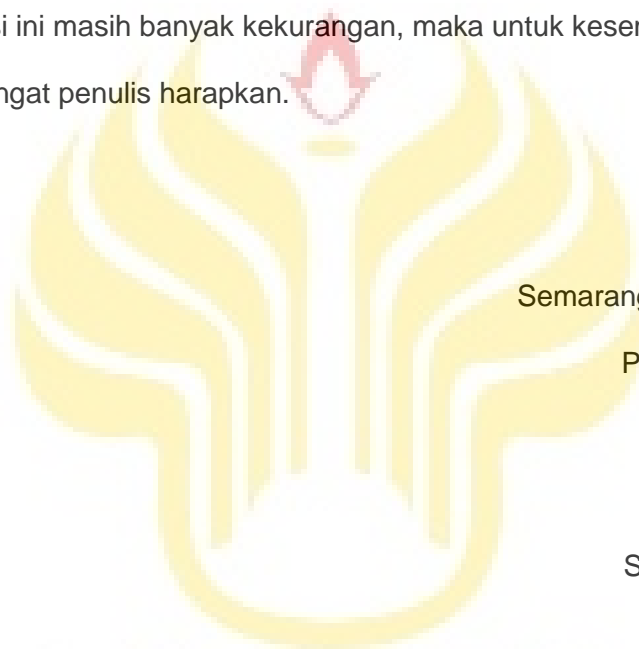
Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan S-1 pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari tanpa bantuan, dorongan dan bimbingan dari semua pihak tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu dengan rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis menjadi mahasiswa Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
3. Ketua Jurusan PJKR Universitas Negeri Semarang.
4. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd dan Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd, selaku dosen pembimbing yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak dan Ibu dosen Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan.
6. Maryoto, S.Pd.SD selaku Kepala Sekolah SD Negeri Ketileng 01 yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.

7. Dewan Guru SD Negeri Ketileng 01 beserta stafnya atas bantuannya dalam pelaksanaan penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga semua pihak yang telah dengan tulus memberikan bantuannya, senantiasa mendapatkan imbalan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, maka untuk kesempurnaannya saran dan kritik sangat penulis harapkan.



Semarang, Mei 2016

Penulis

Satrio Abdi

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR ISI

JUDUL	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Penegasan Istilah.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Pustaka	6
2.2 Kerangka berpikir	33
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Subjek Penelitian	37
3.2 Objek Penelitian	37
3.3 Waktu Penelitian	38
3.4 Lokasi Penelitian	38
3.5 Perencanaan Tindakan Per Siklus.....	38
3.6 Teknik Pengumpulan Data	39
3.7 Instrumen Pengumpulan Data	40
3.8 Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Survei Awal	41

4.2 Hasil Penelitian.....	42
4.2.1 Data Awal	42
4.2.2 Siklus I	44
4.2.3 Siklus II	55
4.3 Pembahasan.....	64
BAB V PENUTUP	67
5.1 Simpulan	67
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Penetapan Dosen Pembimbing	53
2. Surat Ijin Penelitian	54
3. Surat Keterangan Penelitian	55
4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I	56
5. Lembar Penilaian Psikomotor Siswa Siklus I.....	61
6. Lembar Penilaian Afektif Siswa Siklus I	62
7. Lembar Penilaian Kognitif Siswa Siklus I	63
8. Lembar Penilaian Hasil Belajar Siklus I.....	64
9. Angket Respon Siswa Siklus I.....	65
10. Lembar Observasi Guru Siklus I.....	66
11. Lembar Observasi Siswa Siklus I.....	68
12. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II	70
13. Lembar Penilaian Psikomotor Siswa Siklus II.....	76
14. Lembar Penilaian Afektif Siswa Siklus II	77
15. Lembar Penilaian Kognitif Siswa Siklus II	78
16. Lembar Penilaian Hasil Belajar Siklus II.....	79
17. Angket Respon Siswa Siklus II.....	79
18. Lembar Observasi Guru Siklus II.....	80
19. Lembar Observasi Siswa Siklus II.....	82

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktifitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Tujuan pendidikan jasmani yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina dan mengembangkan potensi anak. Oleh karena itu pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan secara keseluruhan karena dapat membantu perkembangan siswa baik secara fisik, mental, sosial maupun emosional.

Program pendidikan jasmani di SD lebih banyak ditekankan pada proses penguasaan ketrampilan gerak sebelum mencapai hasil, maksudnya yang lebih diutamakan adalah proses pengembangan keterampilan. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani harus memusatkan perhatiannya pada proses penguasaan ketrampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar sangat didukung oleh pola gerak atau serangkaian gerak yang terorganisasi.

Pembinaan keterampilan gerak dasar di SD begitu penting. Pada masa ini, yang ditekankan adalah pengembangan dan pengayaan ketrampilan geraknya. Semakin anak banyak perbendaharaan gerak dasarnya, maka anak akan semakin terampil pula dalam melakukan ketrampilan lainnya, baik dalam kegiatan olahraga maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Olahraga merupakan aktifitas yang sangat digemari oleh banyak kalangan, baik pelajar maupun masyarakat karena selain menjadikan badan menjadi sehat juga membuat hati menjadi gembira.

Mata pelajaran pendidikan jasmani, cabang olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh siswa-siswi SD Negeri Ketileng 01 bahkan cabang olahraga tersebut juga banyak digemari dikalangan masyarakat sekitar sebab cabang olahraga tersebut selain mudah dilakukan dan melibatkan banyak orang, juga olahraga tersebut tidak bersentuhan dengan lawan bermain sehingga dapat mengurangi resiko cedera serta dapat dilakukan dilapangan baik di dalam ruangan (*indoor*) maupun diluar ruangan (*outdoor*).

Keberhasilan dalam kegiatan pembelajaran bola voli dapat diketahui setelah dilakukan evaluasi, untuk itu guru harus mampu mewujudkan situasi belajar yang efektif dan menyenangkan. Dalam proses belajar mengajar yang efektif apabila bisa meraih keberhasilan serta memberikan rasa puas bagi siswa maupun guru. Seorang guru akan merasa puas jika siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik, semangat, dan penuh keceriaan.

Meskipun pada proses pembelajaran bola voli di SD Negeri Ketileng 01 sangat termotivasi untuk mempelajari namun, masih ada permasalahan yang dihadapi terutama pada siswa putri yaitu pada saat melakukan teknik *passing* atas karena kebanyakan dari siswa putri kurang berani melakukan teknik *passing* atas dengan alasan takut terkilir, kurangnya pemahaman siswa akan teknik *passing* atas, saat bermain bola voli pada saat bola mengarah ke atas siswa tidak berani mengambil bola dengan menggunakan

passing atas akan tetapi anak lebih banyak menunggu bola turun kemudian mengambil bola dengan menggunakan *passing* bawah sehingga dalam hal teknik kurang sesuai dengan arah datangnya bola.

Untuk mengatasi permasalahan di SD Negeri Ketileng 01 maka penulis menggunakan model pendekatan bermain dorong tangkap bola dengan menggunakan bola voli .

Melalui model permainan ini diharapkan siswa SD Negeri Ketileng 01 dapat meningkatkan keterampilan *passing* atas dalam bermain bola voli.

Melihat permasalahan yang ada maka penulis tertarik untuk membuat judul “ Meningkatkan Gerak Dasar *Passing* Atas Pada Pembelajaran Bola Voli Siswa Kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2015/ 2016.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka permasalahan yang dimunculkan dalam sebuah pertanyaan berikut : “ Apakah ada pengaruh yang dihasilkan dari latihan Dorong Tangkap Bola Voli terhadap peningkatan teknik *passing* atas pada siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 Tahun Pelajaran 2015/2016?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian yang dikerjakan selalu mempunyai tujuan untuk memperoleh gambaran yang jelas dan bermanfaat bagi yang menggunakannya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah : “ Untuk mengetahui peningkatan hasil pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli melalui pendekatan

bermain dorong tangkap bola voli pada siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 Tahun Pelajaran 2015/2016.”

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diperoleh melalui hasil penelitian ini adalah

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan mengenai efektifitas permainan dorong tangkap untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar *passing* atas pada siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah, dapat meningkatkan kriteria ketuntasan minimal (KKM) pada pelajaran penjasorkes di SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal.
- b. Bagi Guru, dapat memberikan masukan bagi guru pendidikan jasmani tentang pengaruh permainan dorong tangkap bola terhadap peningkatan *passing* atas pada saat bermain bola voli.
- c. Bagi Siswa, menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan dapat meningkatkan kreativitas siswa dalam belajar.

1.5 Penegasan Istilah

Untuk menghindari salah pengertian dalam penafsiran judul skripsi ini, maka penulis akan menjelaskan istilah yang dianggap penting, dengan demikian ada kesamaan dalam memberikan penafsiran.

1. Hasil Belajar Hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku yang diperoleh pembelajaran setelah mengalami aktivitas belajar. Perolehan

aspek-aspek perubahan perilaku tergantung pada apa yang dipelajari. Oleh karena itu, apabila pembelajar mempelajari tentang pengetahuan konsep, maka perubahan perilaku yang diperoleh adalah berupa penguasaan konsep. Dalam pembelajaran, perubahan perilaku yang harus dicapai oleh pembelajar setelah melakukan aktivitas belajar dirumuskan dalam tujuan pembelajaran.

2. Gerak Dasar *Passing* atas bola voli

Gerak dasar adalah berbagai reaksi gerakan dasar yang dilakukan misalnya: jalan dan lari maju, mundur, kesamping, cepat, lambat dan lain-lain.

3. Permainan Dorong tangkap

Permainan dorong tangkap adalah modifikasi pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli.

Permainan dorong tangkap bola adalah suatu modifikasi dari pembelajaran *passing* atas bola voli, dimana latihan dan peraturannya dirubah untuk mempermudah proses belajar mengajar .

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 KajianPustaka

2.1.1 Pengertian Belajar

Belajar adalah aktivitas yang dilakukan secara sadar untuk mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari (Bari Djamarah, 1994:21). Menurut James O. Wittaker belajar dapat diartikan sebagai proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman. Dan menurut Howard L. Kingsley belajar adalah proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui praktek dan latihan (Dalyono 2006:104). Dari beberapa pendapat para ahli tentang pengertian belajar adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan melibatkan dua unsur yaitu jiwa dan raga. Gerak raga yang ditunjukkan harus sejalan dengan proses jiwa untuk mendapatkan perubahan dengan hasil dari proses belajar.

Kegiatan belajar mengajar dalam pelajaran pendidikan jasmani berbeda pelaksanaannya dari pembelajaran mata pelajaran lain.

Nixom dan cozens (1959) mengemukakan dalam Ade Mardiana, Purwadi, Wira Indra Satya,(2011:1.4) “ Pendidikan jasmani adalah pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem,otot serta hasil belajar dari partisipasi dari aktivitas tersebut. Volter dan Eslinger (Bucher 1964) mengemukakan dalam Ade Mardiana, Purwadi, Wira Indra Satya (2011:1.4) “Pendidikan jasmani adalah phase pendidikan melalui aktivitas fisik.

Dengan melakukan aktifitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap yang positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Memang pada dasarnya program jasmani memiliki kepentingan yang relatif sama dengan program pendidikan yang lainnya dalam hal ranah pembelajaran, yaitu sama-sama mengembangkan tiga ranah utama yaitu psikomotor, efektif dan kognitif.

Menurut UU No. 20 Tahun 2003, tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

2.1.2. Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dibedakan atas dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Kedua faktor tersebut saling mempengaruhi dalam proses belajar individu sehingga menentukan kualitas hasil belajar (Baharudin dan Wahyudin, 2008: 19). Faktor internal dan juga faktor eksternal dapat dijabarkan lebih rinci lagi sebagai berikut:

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu, faktor internal ini meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis.

1) Faktor fisiologis

Faktor fisiologis adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan kondisi fisik individu siswa. Menurut Munawar (2009) keadaan jasmani yang perlu diperhatikan yang pertama yaitu kondisi fisik yang normal atau tidak cacat sejak dalam kandungan sampai lahir. Kondisi yang kedua yaitu kondisi kesehatan fisik, kondisi fisik yang sehat dan bugar dapat mempengaruhi keberhasilan belajar.

2) Faktor psikologis

Faktor psikologis adalah keadaan psikologis siswa yang dapat mempengaruhi proses belajar. Faktor psikologis yang mempengaruhi keberhasilan belajar ini meliputi segala hal yang berkaitan dengan kondisi mental siswa. Kondisi mental yang dapat menunjang keberhasilan belajar adalah kondisi

mental yang mantap dan stabil. Faktor psikologis yang pertama adalah kecerdasan atau intelegensi siswa, semakin tinggi tingkat intelegensi seorang siswa maka semakin besar peluangnya dalam mendapatkan hasil belajar yang baik.

Faktor kedua adalah motivasi, motivasi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Slavin (Baharudin dan Wahyudin, 2008: 22) mengemukakan definisi motivasi bahwa “motivasi sebagai proses di dalam diri individu yang aktif, mendorong, memberikan arah dan menjaga perilaku setiap saat, motivasi yang berlebih akan membuat siswa dapat belajar dengan lebih baik”.

Faktor psikologis yang ketiga adalah minat. Getzel (Rasyid dan Mansyur, 2009: 17) menyatakan bahwa “minat adalah suatu yang terorganisir melalui pengalaman yang mendorong seseorang untuk mendapatkan objek khusus, aktivitas pemahaman, dan keterampilan untuk tujuan perhatian atau pencapaian”.

Faktor psikologis yang keempat adalah sikap. Sikap siswa dalam belajar dapat dipengaruhi oleh perasaan senang atau tidak senang pada guru, pelajaran atau lingkungan sekitarnya. Faktor psikologis selanjutnya adalah bakat. Apabila bakat siswa sesuai dengan apa yang dia pelajari, maka bakat tersebut akan mendukung proses belajarnya sehingga kemungkinan besar dia akan berhasil.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu siswa. faktor-faktor eksternal yang dapat mempengaruhi hasil belajar adalah faktor lingkungan sosial dan faktor lingkungan non sosial.

1) Lingkungan sosial

Faktor lingkungan sosial yang pertama adalah lingkungan sosial keluarga. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan yang pertama dalam menentukan keberhasilan belajar siswa, faktor lingkungan sosial yang kedua adalah lingkungan sekolah. Lingkungan sosial siswa di sekolah atau di kelas dapat berpengaruh pada semangat belajar siswa (Dimiyati dan Mudjiono, 2009: 253).

2) Lingkungan non sosial

Faktor-faktor yang termasuk dalam faktor non sosial adalah lingkungan alamiah meliputi kondisi udara, sinar atau penerangan, suasana belajar, dan lain sebagainya. Apabila kondisi lingkungan alam tidak mendukung maka proses belajar siswa akan terhambat.

2.1.3 Hakekat Belajar

a. Pengertian Belajar

Ali Maksum mengatakan belajar adalah proses perubahan tingkah laku akibat pengalaman (Ali Maksum, 2008:11).

Menurut Sri Rumini, mengatakan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh

suatu perubahan tingkah laku yang relatif menetap, baik yang diminati maupun tidak dapat diamati secara langsung, yang terjadi sebagai suatu hasil latihan atau pengalaman dalam interaksinya dengan lingkungan (Sri Rumini, dkk., yang dikutip dari skripsi Suharto, 2012:7).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, penulis menyimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses perkembangan dari manusia, dengan belajar manusia melakukan perubahan aktivitas dan prestasi yang merupakan hasil dari belajar.

b. Teori Belajar

Salah satu teori belajar adalah menurut Albert Bandura yang dikutip dari Ali Maksum (2008:16), seorang tokoh psikologi Amerika mengembangkan teori tentang belajar yaitu teori modeling yang intinya adalah belajar melalui cara mengamati model. Meskipun demikian perlu diingat bahwa tidak serta merta seseorang yang mengamati sesuatu dapat dipastikan dapat meniru apa yang dia lihat.

Berdasarkan pendapat ahli diatas, penulis berpendapat bahwa teori ini mudah diterapkan pada siswa sekolah dasar karena siswa bisa langsung belajar dengan mengamati secara langsung model.

2.1.4 Prinsip-prinsip Pembelajaran

Belajar membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Menurut Wina Sanjaya (2006 : 30) bahwa sejumlah prinsip yang harus diperhatikan dalam pengelolaan kegiatan pembelajaran diantaranya :

1. Berpusat pada siswa
2. Belajar dengan mengarahkan
3. Mengembangkan kemampuan sosial
4. Mengembangkan keterampilan
5. Mengembangkan keingintahuan, imajinasi
6. Mengembangkan kreatifitas siswa
7. Mengembangkan ilmu dan teknologi
8. Menumbuhkan kesadaran sebagai warga negara yang baik
9. Belajar sepanjang hayat

Prinsip-prinsip pembelajaran tersebut sangat penting diperhatikan oleh seorang guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Pembelajaran yang didasarkan pada prinsip-prinsip belajar yang benar, maka akan diperoleh hasil belajar yang optimal. Husdarta dan Yuda M. Saputra (200 : 4) mengemukakan bahwa : Tugas utama adalah untuk menciptakan iklim atau atmosfer supaya proses belajar terjadi di kelas, lapangan, ciri utama terjadinya proses belajar adalah siswa dapat secara aktif ikut terlibat didalam proses pembelajaran.

2.1.5 Media Pembelajaran

a. Pengertian Media Pembelajaran

Media dapat berupa suatu bahan atau alat. Sedangkan menurut Gerlach dan Ely (dalam arsyad 2002), bahwa media jika dipahami secara garis besar adalah manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi, yang menyebabkan siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Jadi menurut pengertian ini guru, buku teks, lingkungan sekolah dan luar sekolah bagi siswa merupakan media. Media sebagai salah satu bentuk dan saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan dan informasi. Seperti yang dikemukakan Hamalik (1994) "dengan penggunaan alat bantu berupa media komunikasi, hubungan komunikasi akan berjalan lancar dan hasil yang maksimal."

b. Pengertian dan Manfaat Alat Bantu

Alat bantu sering di sebut alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekkan dalam proses pendidikan dan pengajaran.

Manfaat alat bantu pembelajaran menurut Sukidjo (2003) sebagai berikut :

- 1) Menimbulkan minat sasaran pendidikan.
- 2) Mencapai sasaran yang lebih banyak
- 3) Membantu mengatasi hambatan bahasa
- 4) Mempermudah penyampaian bahasa pendidikan.
- 5) Mempermudah penerimaan informasi sasaran pendidikan.

2.1.6 Manfaat Media Belajar

- a. Penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan
- b. Proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik
- c. Proses pembelajaran menjadi lebih interaktif
- d. Efisiensi dalam waktu dan tenaga
- e. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa
- f. Media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja
- g. Media dapat menumbuhkan sikap positif siswa terhadap materi dan proses belajar
- h. Merubah peran guru ke arah yang lebih positif dan produktif. (Aristo Rahadi, 2004 :13)

2.1.7 Karakteristik Anak SD

Usia siswa di sekolah dasar berkisar 6-12 tahun. Masa ini merupakan “masa sekolah”. Pada masa ini anak sudah matang untuk belajar atau sekolah. Disebut masa sekolah karena dia telah menyelesaikan tahap prasekolahnya yaitu taman kanak-kanak. Penetapan batas antara usia prasekolah dengan usia sekolah sebenarnya tidak mempunyai dasar psikologis yang cukup kuat. Berbagai studi menunjukkan bahwa usia pra sekolah yang ditandai dengan kegiatan bermain masih akan berlanjut terus sampai anak berusia sekitar delapan tahun (sekitar kelas 3 SD). Justru pembagian pra sekolah dengan sekolah yang dibatasi usia 6 – 7 tahun acap kali berakibat kesalahan dalam menyusun strategi pembelajaran untuk

anak SD kelas rendah. Kenyataan inilah yang mendorong timbulnya gerakan dalam pendidikan di SD yang menghendaki disatukannya pendidikan pra sekolah dengan pendidikan SD. Psikologi kognitif menunjukkan bahwa memang anak pada usia dini telah mampu mengembangkan kemampuan kognitifnya, tetapi dengan strategi yang berbeda dengan anak usia 4, 5 dan 6 SD. Perkembangan memori, bahasa dan berpikir anak usia 6-8 tahun ditandai dengan segala sesuatu yang bersifat konkrit. Dan baru pada usia sekitar 8-9 tahun anak dapat berpikir, berbahasa dan mengingat sesuai yang dipenuhinya bersifat abstrak dan memahami konsep abstrak tersebut.

Anak memiliki kematangan untuk belajar karena pada masa ini dia sudah siap untuk menerima kecakapan-kecakapan baru yang diberikan sekolah. Pada masa pra sekolah sampai dengan usia sekitar 8 tahun tekanan belajar lebih difokuskan pada “bermain sambil belajar”.

Sedangkan pada masa sekolah dasar aspek intelegualitas sudah mulai ditekankan. Pada masa usia sekolah dasar ini sering pula sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah.

Pada masa keserasian bersekolah ini secara relatif anak-anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Menurut pendapat ini, masa keserasian bersekolah dibagi dalam dua fase yaitu :

- 1) Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, sekitar 6 sampai dengan usia sekitar 8 tahun. Dalam tingkatan kelas di sekolah dasar pada usia

tersebut termasuk dalam kelas 1 sampai dengan kelas 3. Jadi kelas 1 sampai kelas 3 termasuk dalam kategori kelas rendah.

- 2) Masa kelas-kelas tinggi sekolah dasar yaitu kira-kira 9 sampai 12 tahun. Dalam tingkatan kelas di sekolah dasar pada usia tersebut termasuk dalam kelas 4 sampai kelas 6. Jadi kelas 4 sampai dengan kelas 6 termasuk kategori kelas tinggi.

Untuk mengembangkan pembelajaran yang efektif, guru pendidikan jasmani harus memahami karakteristik siswa, dengan memahami karakteristik perkembangan siswa, guru akan mampu membantu siswa belajar secara efektif. Selama di SD seluruh aspek perkembangan manusia psikomotor, kognitif, dan afektif; mengalami perubahan luar biasa (KTSP, 2006 : 120). Berikut rincian perkembangan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif:

a. Perkembangan Aspek Psikomotor

Menurut Wuest dan Lombardo (KTSP 2006), menyatakan bahwa perkembangan aspek psikomotor siswa SD ditandai dengan perubahan jasmani dan fisiologis secara luar biasa.

Salah satu perubahan yang luar biasa yang dialami oleh siswa adalah pertumbuhan tinggi badan dan berat badan, siswa mengalami percepatan proses pertumbuhan tinggi badan. Perubahan tinggi badan diikuti dengan perubahan berat badan, perubahan berat badan menggambarkan perubahan ukuran tulang, otot, dan organ tubuh dan juga lemak tubuh. Perubahan yang lainnya yang dialami siswa SD adalah persepsi dan pengenalan diri, selain itu perubahan yang tidak kalah penting yang lainnya

adalah perkembangan ketrampilan motorik, kinerja motorik siswa mengalami penghalusan.

b. Aspek Kognitif

Menurut Wuestdan Lombardo (KTSP 2006), menyatakan bahwa perkembangan yang terjadi pada siswa SD meliputi peningkatan fungsi intelektual, kapabilitas memori dan bahasa, dan pemikiran dan konseptual. Perkembangan kematangan intelektual bervariasi, memori remaja sebanding dengan memori orang dewasa dalam hal kemampuan menyerap, memproses, dan mengungkapkan informasi. Siswa mengalami peningkatan kemampuan mengekspresikan diri. Kemampuan berbahasa lebih baik, perbendaharaan kata lebih banyak. Ketika remaja mencapai kematangan, mereka akan memiliki kemampuan untuk menyusun alasan rasional, menerapkan informasi, mengimplementasikan pengetahuan dan menganalisa situasi secara kritis. Kemampuan memecahkan masalah dan membuat keputusan akan meningkat.

c. Aspek Afektif

Menurut Wuestdan Lombardo (KTSP 2006), perkembangan afektif siswa SD mencakup proses belajar perilaku yang layak pada budaya tertentu, seperti cara berinteraksi dengan orang lain (bersosialisasi). Siswa SD mengalami perubahan persepsi diri selaras dengan peningkatan kemampuan kognitif. Persepsi diri berkaitan dengan persepsi atas kemampuan dan

keyakinan yang kuat bahwa mampu mengerjakan sesuatu, sehingga timbul rasa percaya diri.

2.1.8 Hakekat Pendidikan Jasmani

Secara etimologi kata pendidikan berasal dari kata "didik" yang mendapat awalan "pe" dan akhiran "an" , maka jadilah kata pendidikan . Dari Bahasa Yunani, pendidikan berasal dari kata "*pedagogi*" yaitu kata "*paid*" yang artinya anak dan "*agogos*" yang artinya membimbing, sehingga pedagogi dapat diartikan sebagai "ilmu dan seni membimbing anak

Menurut UU No. 20 Tahun 2003, tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Menurut John Dewey Pendidikan adalah proses pembentukan kecakapan-kecakapan yang fundamental secara intelektual dan emosional ke arah alam dan sesama manusia. Menurut K.H. Dewantara Pendidikan adalah daya upaya untuk memajukan perkembangan budi pekerti (kekuatan batin), pikiran (intelekt) dan jasmani anak

Dari pernyataan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan adalah usaha sadar terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran atau pelatihan agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya supaya memiliki kekuatan spiritual keagamaan, emosional, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak

mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat. Sebagian orang sering keliru dalam mendefinisikan pendidikan jasmani.

Mereka sering menganggap bahwa pendidikan jasmani sama dengan pendidikan olahraga. Secara sederhana, pendidikan jasmani didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Tujuannya adalah pengembangan individu yang diperoleh melalui pengalaman gerak.

Dalam konteks yang lebih luas, pendidikan jasmani didefinisikan sebagai proses pembelajaran melalui kegiatan fisik yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran fisik, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sportif, dan kecerdasan emosional. Dengan demikian, Pendidikan Jasmani tidak hanya ditujukan untuk pembangunan fisik tetapi juga mencakup pengembangan individu secara menyeluruh.

Pendidikan jasmani adalah sebuah mata pelajaran akademik yang sama seperti mata pelajaran matematika dan ilmu-ilmu sosial. Menurut Nixon dan Jewett dari Amerika, pendidikan jasmani adalah satu aspek dari pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang sukarela dan berguna serta berhubungan langsung dengan respons mental, emosional, dan sosial.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar

diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif setiap siswa. (Samsudin, 2008:2)

Jadi berdasarkan beberapa pendapat di atas mengenai hakekat dan pengertian pendidikan jasmani dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan melalui aktifitas fisik dengan lingkungan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, kecerdasan mental dan sosial siswa.

2.1.9 Tujuan Pendidikan Jasmani

Menurut Sherril Pendidikan Jasmani adalah suatu sistem penyampaian pelayanan yang komprehensif yang dirancang untuk mengidentifikasi, dan memecahkan masalah dalam ranah psikomotor.

Tujuan pendidikan jasmani bagi yang berkelainan adalah untuk membantu mereka mencapai pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang sepadan dengan potensi mereka melalui program aktivitas pendidikan jasmani biasa dan khusus yang dirancang dengan hati-hati.

Adapun tujuan khususnya untuk menolong peserta didik mencapai tujuan umum ini adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk menolong siswa mengoreksi kondisi yang dapat diperbaiki.
- 2) Untuk membantu siswa melindungi diri sendiri dalam kondisi apapun yang akan memperburuk keadaannya melalui aktivitas jasmani tertentu.

- 3) Untuk memberikan kesempatan mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olahraga dan aktivitas jasmani waktu luang yang bersifat rekreatif.
- 4) Untuk menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya.
- 5) Untuk membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri.
- 6) Untuk membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik.
- 7) Untuk menolong siswa memahami dan menghargai berbagai macam olahraga yang dapat dinikmatinya sebagai penonton (Crowe, 1981:425).

2.1.10 Hakikat Bermain

Bermain merupakan kegiatan manusia yang dilakukan oleh semua umur, baik anak-anak, remaja, dewasa maupun orang tua. Permainan merupakan sarana kegiatan bermain yang dilakukan oleh setiap orang.

Carl Bucher mengemukakan bahwa “permainan telah lama dikenal oleh anak-anak dan orang tua karena mampu menggerakkan mereka untuk berlatih, bergembira dan rileksasi”. Permainan merupakan salah satu komponen utama dalam setiap program pendidikan jasmani.

Salah satu pakar pendidikan yaitu Johan Huizinga, mengemukakan bahwa pada hakikatnya bermain memiliki ciri-ciri utama sebagai berikut :

- a. Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara bebas dan sukarela, namun kebebasan ini tak berlaku bagi anak-anak dan hewan karena mereka bermain dan harus bermain karena dorongan naluri. Untuk anak-anak, bermain sangat berguna untuk merangsang perkembangan fisik dan mentalnya, lain dengan orang dewasa, bermain merupakan kebutuhan sepanjang kesukaan untuk melakukannya merupakan kebutuhan.
- b. Bermain bukanlah kehidupan biasa atau yang nyata, karena jika diamati secara seksama perilaku anak-anak selama bermain, mereka berbuat berpura-pura atau tidak sungguhan. Namun, sebaliknya dengan gejala yang tidak sungguhan tersebut, bermain menjadi kegiatan yang sungguh-sungguh dan dapat menyerap tenaga dan konsentrasi. Misalnya pada anak-anak, mereka main dokter-dokteran; menganggap boneka sebagai makhluk hidup dengan diajak bicara seolah-olah hidup, mobil-mobilan; menganggap kursi seperti mobil sungguhan seolah-olah itu mobil yang sesungguhnya. Di sinilah keunikan dari bermain, yaitu ada dua hal yang saling bertentangan, "Bermain sungguh-sungguh dalam ketidaksungguhan".
- c. Bermain berbeda dengan kehidupan sehari-hari, terutama dalam tempat dan waktu bermain selalu bermula dan berakhir serta dilakukan di tempat tertentu. Bermain memerlukan keteraturan, tanpa peraturan dunia permainan akan lumpuh. Unsur ketegangan merupakan bagian yang penting dari permainan. Meskipun bermain di luar dari penilaian baik dan buruk, namun unsur ketegangan itu

sekaligus menguji ketangguhan pemain, keberanian, keuletan, kejujuran, walaupun semua pemain menginginkan kemenangan, akan tetapi dia harus berjuang dengan sepenuh hati dan harus terikat dengan peraturan permainan.

- d. Bermain merupakan kegiatan yang memiliki tujuan, tujuan tersebut terdapat pada permainan itu sendiri. Bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar, sukarela tanpa paksaan, dan tak sungguh dalam batas waktu, tanpa ikatan peraturan. Bermain mendorong pertumbuhan dan perkembangan kelompok sosial karena dilakukan bukan hanya sendirian, tetapi juga dilakukan dalam suasana kelompok.

2.1.11 Tujuan Permainan

Permainan dikatakan sebagai kegiatan bermain yang memiliki tujuan, tujuannya terdapat pada permainan itu sendiri. Sebagai contoh apabila siswa di sekolah melakukan permainan dengan dibimbing oleh guru maka tujuan dari permainan tersebut tentu saja sudah dirancang dan direncanakan oleh guru sebelum pembelajaran dilaksanakan.

Beberapa tujuan yang hendak diperoleh dari kegiatan bermain dalam suatu permainan, baik yang dilakukan di lingkungan masyarakat, sekolah, anak-anak, remaja, dewasa, maupun orang tua, secara perseorangan maupun kelompok sesuai dengan jenis permainan tersebut, yaitu sebagai berikut :

- a. Memberikan pengalaman gerak pada anak sehingga semakin banyak jenis dan bentuk permainan yang dilakukan anak maka anak akan semakin kaya pengalaman geraknya.
- b. Merangsang dan meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan anak.
- c. Menyalurkan kelebihan tenaga pada anak.
- d. Memanfaatkan waktu senggang.
- e. Memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- f. Meningkatkan pengetahuan dan wawasan pada anak, terutama untuk memenuhi rasa ingin tahu anak.
- g. Mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor.
- h. Menanamkan kerja sama, rasa sosial, dan saling tolong-menolong.
- i. Mencapai prestasi dalam suatu pertandingan.

2.1.12 Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani

2.1.12.1 Pengertian Modifikasi

Modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunya dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial, sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajar cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan pembelajaran siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang kurang trampil menjadi trampil. Cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktifitas pembelajaran yang diberikan guru mulai awal hingga akhir pembelajaran. Selanjutnya guru penjas juga

harus mengetahui apa saja yang harus di modifikasi serta tahu cara memodifikasinya.

Minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah, menuntut guru penjas untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada. Guru kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang lebih menarik, sehingga anak merasa senang mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan.

Lutan (1988) menyatakan modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di perlukan agar :

- a) Siswa memperoleh kepuasan.
- b) Meningkatkan keberhasilan dalam berpartisipasi
- c) Siswa dapat melakukan gerak secara benar.

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada didalam kurikulum dapat disajikan dengan tahap - tahap perkembangan kognitif, afektif dan psikomotorik anak.

Menurut Aussie (1996) pengembangan modifikasi di Australia di lakukan dengan pertimbangan :

- a) Anak – anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa.
- b) Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak.

- c) Olahraga yang di modifikasikan akan mampu mengembangkan ketrampilan anak lebih cepat di banding peralata standar orang dewasa.
- d) Olahraga yang dimodifikasikan menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak – anak dalam situasi kompetitif.

Dampak dari pendapat tersebut dapat di artikan bahwa pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani , karena pendekatan ini mempertimbangkan tahap – tahap perkembangan dan karateristik anak, sehingga anak mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dengan senang dan gembira.

2.1.12.2 Permainan Bola Besar (Bola Voli).

Dalam permainan dapat dikelompokan menjadi dua yaitu permainan bola besar dan permainan bola kecil. Contoh yang merupakan permainan bola besar adalah bola basket, sepak bola, dan bola voli sedangkan dalam permainan bola kecil contohnya adalah bulu tangkis, tenis meja. Bola voli merupakan salah satu permainan bola besar. Bola voli adalah suatu permainan bola dengan menggunakan tangan, mengoper, memukul, menahan melalui sebuah net sebagai pembatas, dimainkan secara beregu dengan mengikuti peraturan permainan. Permainan bola voli berasal dari

permainan mintonette. Permainan tersebut ditemukan oleh William C. Morgan pada tahun 1895 di Massachusetts (AS). Pada tahun 1895 namanya diubah menjadi permainan bola voli oleh Alfred T. Haslstead. Nama tersebut diambil dari kata *volleying* yang artinya melambungkan bola sebelum menyentuh tanah. Pada tahun 1964 Jepang memasukan olahraga ini ke arena olimpiade. Akibatnya olahraga ini dimainkan hampir di seluruh negara didunia.

Beberapa teknik yang terdapat pada bola voli yaitu *passing, servis, smash* dan *block*. Pada permainan bola voli mempunyai beberapa tahap yang harus dikuasai.

Untuk menjadi pemain bola voli yang baik, di butuhkan keterampilan dalam menguasai teknik dalam memainkan bola voli. Teknik utama yang perlu dikuasai oleh anak dalam bola voli yaitu teknik *passing* (mengumpan). Dalam bola voli ada dua macam *passing* yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

Sedangkan *passing* atas adalah teknik yang agak sulit dipelajari, maka sebaiknya dimulai dengan mempelajari dengan alat yang dimodifikasikan agar siswa tidak merasa takut. Dalam berlatih *passing* atas, mulailah dengan bermain menggunakan net yang terpasang rendah. Ini memungkinkan untuk meyempurnakan keberhasilan anak dalam melakukan teknik *passing* atas. Untuk mencapai hasil dalam pembelajaran *passing* atas membutuhkan kerja keras serta latihan terus menerus untuk kesempurnaan. Modifikasi

dengan menggunakan bola plastik bertujuan untuk menghindari cedera dari siswa dan agar anak merasa senang mempelajari karna bola plastik cenderung lebih ringan jika dibandingkan dengan bola voli yang sebenarnya.

2.1.12.3 Manfaat Modifikasi dalam Belajar Bola Voli

- a. Penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan
- b. Proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik
- c. Proses pembelajaran menjadi lebih interaktif
- d. Efisiensi dalam waktu dan tenaga
- e. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa
- f. Media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja
- g. Media dapat menumbuhkan sikap positif siswa terhadap materi dan proses belajar
- h. Merubah peran guru ke arah yang lebih positif dan produktif.

(Aristo Rahadi, 2004 :13)

2.1.13 Pembelajaran Bola Voli

a. Pengertian Bola Voli

Bola voli adalah suatu permainan bola dengan menggunakan tangan, mengoper, memukul, menahan melalui sebuah net sebagai pembatas, dimainkan secara beregu dengan mengikuti peraturan permainan.

Permainan bola voli merupakan salah satu jenis permainan bola besar. Sebuah pertandingan bola voli dipimpin oleh seorang

wasit. Permainan bola voli dapat dilakukan di dalam ruangan. Lapangan bola voli berbentuk persegi panjang dengan ukuran 18 x 9 meter, ditengah lapangan ada pembatas dengan memakai net. Net berfungsi sebagai pemisah antara kedua tim yang sedang bermain. Aturan main dalam bola voli tidaklah sulit, dengan memasukan bola ke daerah lapangan lawan dan menjaga daerah sendiri dengan menahan serangan lawan.

b. Teknik Dasar Bola Voli

Dalam permainan Bola voli ada 4 teknik yaitu ;

1) *Servis*

Servis dilakukan untuk mengawali permainan dalam bola voli. Servis merupakan serangan pertama dalam permainan bola voli. Dalam teknik *servis* bola voli ada dua macam *servis* yaitu *servis* atas dan *servis* bawah. Sebenarnya yang membedakan kedua tipe ini adalah perkenaan tangan pada waktu memukul bola.

2) *Passing*

Adalah gerakan mengumpan bola kepada teman atau mengembalikan bola lawan. *Passing* dibagi menjadi dua macam yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

3) *Smash (Spike)*

Adalah pukulan bola yang keras dengan arah menukik dan mematikan ke daerah lapangan lawan.

Pada proses melakukan smash dapat dibagi menjadi empat bagian, yaitu awalan, tolakan, saat memukul bola, dan sikap mendarat.

4) **Block (Bendungan)**

Adalah salah satu upaya untuk menghadang bola atau menahan serangan lawan dengan cara menjulurkan tangan ke atas. Blocking yang baik disamping dapat menahan serangan lawan juga sekaligus mematikan serangan lawan untuk memperoleh nilai.

2.1.14 Permainan Dorong tangkap bola



1. Dorong bola

Dalam permainan bola voli dikenal teknik *passing* yaitu memberikan atau mengoper bola yang ditujukan kepada teman bermain (seregu) dalam situasi bermain.

Didalam memberikan atau mengoper bola kepada teman seregu dilakukan dengan melemparkan bola yang disertai dengan cara-cara tertentu, agar arah bola seperti apa yang diharapkan dan dapat ditangkap dengan baik oleh teman seregu.

2. Tangkap bola

Seperti halnya pada dorong bola, bahwa kegiatan menangkap bola ini juga merupakan salah satu keterampilan yang ada dalam permainan bola tangan.

Menangkap bola yang di maksud adalah menguasai bola yang datang kepadanya agar bola tidak terlepas dari tangannya (penguasaannya).

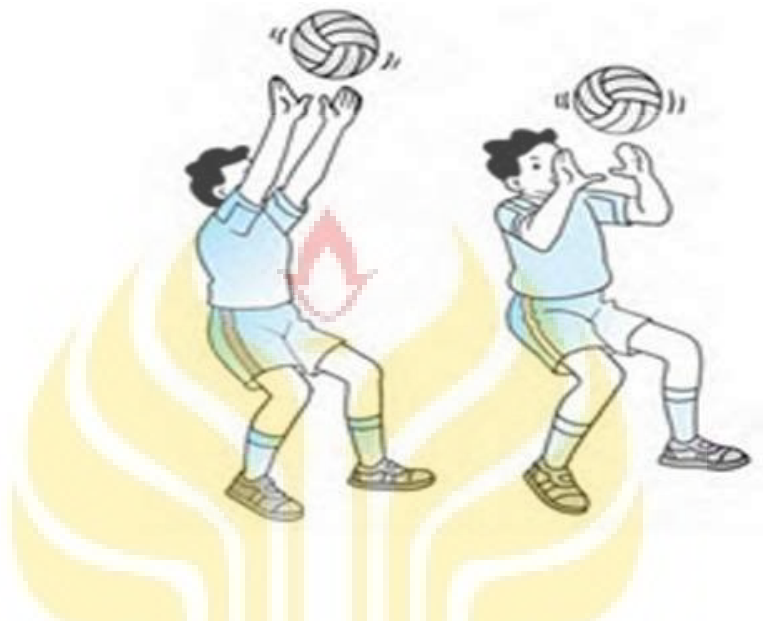
Bola yang datang itu bisa dari arah yang berbeda-beda, juga bisa dengan kekuatan yang bermacam-macam.

Permainan dorong tangkap bola adalah suatu modifikasi dari pembelajaran *passing* atas pada bola voli, di mana latihan dan peraturannya telah dirubah untuk mempermudah proses belajar mengajar. Tujuan permainan ini adalah agar anak menjadi antusias dan tertarik terhadap pembelajaran *passing* atas pada bola voli.

3. Tujuan permainan

Tujuan dari permainan ini untuk melatih gerak dasar *passing* atas pada permainan bola voli, agar siswa lebih berani dalam melakukan *passing* atas. Dengan pendekatan permainan dorong tangkap bola siswa lebih antusias dan lebih tertarik

terhadap pembelajaran *passing* atas pada pembelajaran bola voli, serta dapat melatih reaksi gerak dan kerjasama tim.



4. Cara bermainannya
 - a. Untuk mengawali permainan dorong tangkap bola yaitu dengan cara menggunakan *servis*.
 - b. *Servis* dilakukan dengan cara mendorong bola hingga melewati net seperti sikap *passing* atas.
 - c. Jika bola berhasil melewati net maka dari pihak lawan berusaha menangkap bola yang datang.
 - d. Bola yang datang sebisa mungkin jangan sampai jatuh di daerah permainan sendiri.
 - e. Jika bola jatuh di daerah permainan sendiri maka point untuk regu/ tim lawan.

- f. Apabila bola dari lawan berhasil kita tangkap maka sebisa mungkin bola di operkan ke teman seregu hingga tiga kali seperti layaknya permainan bola voli.
- g. Skor dalam permainan ini untuk setiap set game 25
- h. Regu dinyatakan menang apabila berhasil memenangkan permainan ini dengan dua kali menang.

2.2 Kerangka Berpikir

Pendidikan olahraga jasmani dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang mengembangkan aspek kebugaran, keterampilan bergerak, serta pola hidup sehat dan lingkungan yang bersih. Pengembangan aspek tersebut harus dikenalkan dan dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satunya pengenalannya adalah melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.

Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu mengaktifkan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa diarahkan untuk menyelesaikan masalah yang sesuai dengan konsep yang akan dipelajari. Permasalahan umum yang sering dihadapi guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar adalah minimnya sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah, sehingga keaktifan siswa menjadi kurang dan sarana yang tersedia merupakan standar untuk orang dewasa. Selain itu permasalahan yang sering dihadapi dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah model atau cara guru menyampaikan materi pembelajaran. Seringkali materi yang disampaikan oleh guru kurang tertanam sangat kuat di benak siswa, pembelajaran menjadi tidak efektif, banyak siswa yang hanya duduk

menunggu giliran untuk melakukan latihan. Selain itu siswa menjadi kurang mampu menganalisis gerakan yang telah diajarkan oleh guru sebab guru hanya menyampaikan materi verbal, adapun memberikan demonstrasi atau contoh kurang dapat ditangkap oleh siswa secara maksimal.

Dengan adanya permasalahan dalam pendidikan jasmani, maka perlu adanya inovasi dan kreatifitas dari guru pendidikan jasmani sebagai upaya untuk meningkatkan hasil dan kualitas pembelajaran. Guru harus mampu menciptakan strategi pembelajaran yang mampu mengaktifkan siswa, membangkitkan minat dan perhatian siswa, serta memudahkan siswa dalam memahami materi pembelajaran *passing* atas dengan menggunakan model permainan dorong tangkap. Penggunaan model nyata yang dapat diamati secara langsung oleh siswa memungkinkan siswa untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Kurang kreatifnya guru pendidikan jasmani dalam membuat dan mengembangkan media dan model pembelajaran dapat mempengaruhi rendahnya hasil belajar siswa. Proses pendidikan jasmani hanya menggunakan media ceramah dan penugasan, sehingga kondisi pembelajaran dalam situasi dan kondisi yang monoton. Salah satu strategi pembelajaran yang dapat diterapkan sebagai upaya meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi *passing* atas adalah dengan menerapkan metode bermain dorong tangkap. Melalui metode bermain dorong tangkap ini diharapkan tercipta suasana belajar yang menyenangkan, karena selama pembelajaran siswa akan mendapatkan ruang bergerak yang lebih untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran sesuai dengan materi yang dipelajari, sehingga

memudahkan siswa dalam memahami dan mencerna materi pembelajaran.

Pendidikan jasmani di sekolah bisa berlangsung dengan baik tergantung oleh beberapa faktor. Faktor tersebut antara lain, guru, fasilitas dan metode mengajar. Metode adalah suatu cara dalam menyampaikan materi pembelajaran. Media alat bantu dapat menjadi pendekatan materi pembelajaran, karena dengan pembelajaran dengan media alat bantu, siswa menjadi senang.

Media alat bantu dapat menjadi pendekatan materi pembelajaran, ini dikarenakan Media alat bantu dapat membuat siswa senang, tertarik terhadap materi termotivasi dalam mengikuti pembelajaran dan melalui pendekatan media alat bantu siswa secara tidak langsung belajar melakukan tehnik yang akan dilaksanakan dalam materi pembelajaran. Pendekatan media alat bantu dalam pembelajaran bola voli diharapkan dapat mengoptimalkan pembelajaran siswa menjadi lebih aktif dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran, dengan terbentuknya suasana semacam ini akan tercapainya dengan mudah.

Secara sederhana kerangka pemikiran dari penelitian ini dapat digambarkan (Agus Kristiyanto, 2010:134) sebagai berikut :



Tabel Kerangka Pemikiran Penelitian

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian tindakan kelas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran gerak dasar *passing* atas yang dilakukan di kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal dengan menggunakan pendekatan permainan dorong tangkap bola dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar *passing* atas terhadap siswa.

Simpulan hasil penelitian secara ringkas yaitu terdapatnya peningkatan kemampuan *passing* atas siswa pada pembelajaran bola voli melalui permainan dorong tangkap pada siswa kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal.

Terbukti dari 20 siswa presentase ketuntasan belajar siswa 14 siswa 70% pada siklus I dan meningkat menjadi 17 siswa 85% pada akhir siklus II.

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan, secara umum mengalami kenaikan rata-rata 15%.

5.2 Saran

Saran yang dapat penulis sampaikan sebagai pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya cabang bola voli antara lain:

Berdasarkan hasil penelitian ini maka penulis menyampaikan saran-saran sebagai berikut :

a. Bagi Sekolah

Hendaknyaberusahamemfasilitasi saranadanprasarana yang memadaipadamatapelajaranpenjasorkes sehingga kegiatanbelajarmengajardapatberjalanlancar.

b. Bagi Guru

Dalam pelaksanaan pembelajaran sebaiknya guru mampu menerapkan metode pembelajaran yang inovatif yang disesuaikan dengan karakteristik siswa. Guru juga harus mengerti situasi dan kondisi siswa sehingga dalam pembelajaran siswa merasa senang dan gembira.

c. Bagi Siswa

Bersikaplah yang baik dan aktif, serta memiliki motivasi dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pembelajaran yang diikuti berjalan dengan baik dan bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksum. 2008. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Bismo Suryatmo, dkk, 2006. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V. Jakarta Widya Utama.
- BNSP. 2008. *Pedoman Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Ditjen Manajemen Dikdasmen.
- Brown Douglas. 2004. *Language assessment principles and classroom*. San Francisco: Longman.
- Dadan Heryana dan Giri Veriabti. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Siswa SD-MI Kelas V*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional.
- Deni Kurniadi, dkk, 2010. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas VI. Jakarta. : Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional.
- Sugiarto. 2009. Langkah Menjadi Pemain Voli Hebat. Jakarta: PT Mediantara Semesta.
- Suharsimi Arikunto, Suhardjo dan Supardi. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain Untuk D2 Penjaskes*. Depdikbud Dirjendikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sumiati dan Asra. 2009. *Metode Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima.
- Sutrisno. 2007. Pemain Voli Berprestasi. Jakarta. PT Musi Perkasa Utama.
- Suyatno, dkk., 2005. *Pendidikan Jasmani untuk Sekolah Dasar Kelas VI*. Jakarta: Erlangga.
- Yayat Supriatna, dkk, 2006. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas IV. Jakarta Widya Utama.