PENINGKATAN HASIL BELAJAR PERMAINAN BOLA VOLI MINI MELALUI PENDEKATAN SAINTIFIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KALIREJO 1 TAHUN PELAJARAN 2016

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh

MASKUNANTO
6102914041

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN PGPJSD (S1)
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2016

ABSTRAK

MASKUNANTO. 2016. **Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Mini melalui Pendekatan Saintifik pada Siswa Kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Tahun Pelajaran 2015/2016.** Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PGPJSD S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M. Pd. dan Agus Pujianto, S.Pd. M. Pd.

Kata Kunci : Hasil Belajar Bola Voli Mini Pendekatan Saintifik

Hasil belajar permainan bola voli mini siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman kurang optimal, hal ini dapat dilihat dari catatan hasil pembelajaran permainan bola voli mini kelas V semester II Tahun pelajaran 2015/2016 mengenai kemampuan siswa dalam penguasaan gerak dasar permainan bola voli mini, juga bisa dilihat dari nilai hasil belajar anak secara klasikal dari 28 anak yang tuntas 6 anak atau 21 % dan yang tidak tuntas 22 anak atau 79 %. Dimana KKM penjasorkes kelas V SD Negeri Kalirejo 1 adalah 75. Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah penggunaan pendekatan saintifik dapat meningkatkan hasil belajar bola voli mini pada siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1? Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar permainan bola voli mini melalui pendekatan saintifik pada siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang Tahun 2016.

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas melalui pendekatan yang berlangsung 2 siklus, tiap siklus satu kali pertemuan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang yang berjumlah 28 siswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan tes unjuk kerja, pengolahan datanya menggunakan deskriptif presentase.

Berdasarkan hasil penelitian pada siklus I aspek psikomotor 18 siswa (64%), aspek afektif 20 siswa (71%), aspek kognitif 17 siswa (61%) dan ketuntasan belajar secara klasikal 18 siswa (64%) dari 28 siswa. Pada siklus II aspek psikomotor 24 siswa (86%), aspek afektif 25 siswa (89%), aspek kognitif 21 siswa (75%) dan ketuntasan belajar secara klasikal 24 siswa (86%) dari 28 siswa. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 22%, dari siklus I 64% menjadi 86% pada siklus II.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pendekatan saintifik dapat meningkatkan hasil belajar permainan bola voli mini pada siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016. Saran hendaknya pendekatan saintifik menjadi alternatif pilihan dalam permainan bola voli mini bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	MASKUNANTO
NIM	:	6102914041
Tempat dan Tanggal Lahir	:	Magelang ,12 April 1965
Alamat	:	Jln. Semangka Raya No. 72 RT 03 RW 05 Perumnas Kalinegoro Kecamatan Mertoyudan
Program studi	:	PGPJSD S1
Jurusan	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	:	Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas	:	Universitas Negeri Semarang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul **"PENINGKATAN HASIL BELAJAR BOLA VOLI MINI MELALUI PENDEKATAN SAINTIFIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KALIREJO 1 KECAMATAN SALAMAN TAHUN PELAJARAN 2015/2016."** Adalah benar-benar asli baik dari segi judul, isi, maupun pelaksanaanya. Jika dikemudian hari ternyata PTK ini jiplakan / plagiat maka saya bersedia bertanggung jawab dan bersedia menerima sanksi yang berat.

Magelang, 12 April 2016

Yang membuat pernyataan

METERAI TEMPEL
B6516ADF600917795
6000
ENAM RIBU RUPIAH

MASKUNANTO

NIM. 6102914041

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Masnunanto NIM 6102914041 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PGPJSD S1) Judul **"PENINGKATAN HASIL BELAJAR BOLA VOLI MINI MELALUI PENDEKATAN SAINTIFIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KALIREJO 1 KECAMATAN SALAMAN TAHUN PELAJARAN 2015/2016**". Telah dipertahankan dihadapan siding Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada

Hari : Jum'at

tanggal : 27 Mei 2016

Panitia Ujian

Ketua	Sekretaris
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd	Ipang Setiawan, S.Pd.M.Pd.
NIP. 19610320 198403 2 001	NIP. 19750825 200812 1 001

Dewan Penguji

1. Dra. Endang Sri H, M.Kes (.....)
   NIP. 19590603 198403 2 001
2. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd. (.....)
   NIP. 196510201991031002
3. Agus Pujianto, S.Pd. M.Pd. (.....)
   NIP. 197302022006041001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- Ulat Madhep Ati Mantep
  Tetapkan tujuan teguhkan hati hadapi rintangan
- Manjadha Wajadha
  Barang siapa yang bersungguh-sungguh maka dia akan berhasil

PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini ku persembahkan untuk :

- Kedua orang tuaku Bapak Harjo Pranoto dan Ibu Ruwiyah yang selalu membimbing kami menjadi anak yang sholeh.
- Istriku tercinta Ninuk Sri Mulatin, S.ST yang selalu memberi dorongan semangat dalam pembuatan skripsi ini
- Kedua anakku tersayang Faissal Pramudya Kresna Adi dan Ramadhan Dwi Cahyo Wibowo yang selalu memberi dukungan semangat atas tersusunnya skripsi ini.
- FIK Universitas Negeri Semarang almamater cinta kampusku, tempat menimba ilmu untuk peningkatan kiprah di dunia pendidikan yang penuh edukatif.
- Guru-guru Penjasorkes se Kecamatan Salaman dan Kabupaten Magelang
- Semua insan pendidikan terutama Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Kepala Sekolah SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman beserta guru dan staf karyawan

Penulis

Maskunanto

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, dengan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Penelitian Tindakan Kelas ini sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana di Universitas Negeri Semarang.

Sepenuh hati penulis menyadari bahwa tersusunnya Karya Ilmiah ini bukan semata-mata karena kemampuan dan usaha penulis namun juga berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan setinggi-tingginya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan dalam menempuh gelar sarjana.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam pembuatan PTK ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
4. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M. Pd. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, petunjuk serta ilmunya sehingga penulis dapat menyelesaikan PTK ini.
5. Agus Pujianto, S. Pd. M. Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan pengarahan sehingga PTK ini dapat terwujud dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang dimiliki selama penulis menimba ilmu di Universitas Negeri Semarang.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

7. Bapak Khoirul Abad, S. Pd. selaku Kepala Sekolah SD Negeri Kalirejo 1 yang telah memberikan kesempatan penulis untuk melakukan penelitian dalam melaksanakan penyusunan PTK ini.
8. Teman-teman selaku *partner* penelitian yang sudah memberikan masukan yang positif dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Siswa siswi kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman yang bersedia membantu penelitian dengan menjadi subjek penelitian.
10. Semua pihak yang telah membantu jalannya penelitian dan penyusunan tugas akhir yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan mereka dengan kebaikan dan kebahagiaan yang lebih baik.

Penulis berharap semoga Penelitian Tindakan Kelas ini dapat bermanfaat bagi siapapun yang membacanya.

Semarang, Juni 2016

Penulis

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR/GRAFIK	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Perumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.4. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Pendidikan Jasmani	7
2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani	7
2.1.2 Tujuan Pendidikan dari Pendidikan Jasmani	9
2.1.3 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	13
2.2 Perbedaan Makna Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Olahraga	14
2.2.1 Arti Pendidikan Jasmani	15
2.2.2 Arti Olahraga	15
2.3 Gerak Sebagai Suatu Kebutuhan Anak	16
2.4 Karakteristik Anak Sekolah Dasar	16
2.5 Karakteristik siswa kelas 5	17
2.6 Pengertian Bermain	20
2.7 Belajar dan Pembelajaran Bermakna	20
2.8 Strategi Pembelajaran PAKEM	21
2.8.1 Pembelajaran Aktif	22
2.8.2 Pembelajaran Kreatif	23
2.8.3 Pembelajaran Efektif	23

2.8.4 Pembelajaran Menyenangkan 24
2.9 Fungsi Bermain dalam Pendidikan 25
2.10 Karakteristik bermain 26
2.10.1 Cara Memulai Permainan 28
2.10.2 Perolehan Nilai 28
2.10.3 Ukuran Lapangan 29
2.10.4 Lama Permainan 30
2.10.5 Pelanggaran 30
2.10.6 Wasit dan Asisten Wasit 31
2.11 Karakteristik Pembelajaran dengan Pendekatan Saintifik 32
2.12 Pendekatan Saintifik 34
2.12.1 Esensi Pendekatan Saintifik/ Pendekatan Ilmiah 34
2.12.2 Langkah-langkah Pembelajaran dengan Pendekatan Ilmiah 35
2.13 Bahan Ajar Pendidikan Jasmani 37
2.14 Konsep dan Prinsip Bermain Bola Voli 39
2.15 Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli 40
2.15.1 Keterampilan Dasar Memantulkan dan Mengoperkan Bola 40
2.15.2 Keterampilan Dasar Memukul Bola 41
2.15.3 Keterampilan Dasar Membendung Bola 42
2.16 Teknik Dasar Permainan Bola Voli 43
2.16.1 Servis 43
2.16.2 *Passing* 44
2.16.3 *Blocking* (Bendungan) 50
2.16.4 *Smash* 51
2.17 Sarana dan Prasarana 52
2.18 Pengertian PAKEM 53
2.19 Metode Pembelajaran Bola Voli Mini 54
BAB III METODE PENELITIAN
3.1 Subjek Penelitian 56
3.2 Objek Penelitian 56
3.3 Waktu Penelitian 56
3.4 Lokasi Penelitian 56
3.5 Teknik Pengumpulan Data 57
3.6 Instrumen Pengumpulan Data 60

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

3.7 Analisis Data 64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
4.1 Hasil Penelitian 66
4.1.1 Kondisi Awal Hasil Belajar Bola Voli Mini dan Ketuntasan Belajar Siswa 66
4.1.2 Deskripsi Data Siklus I 67
4.1.3 Deskripsi Data Siklus II 75
4.2 Pembahasan 82
4.2.1 Pembahasan Temuan Siklus I 85
4.2.2 Pembahasan Temuan Siklus II 87
BAB V PENUTUP
5.1 Simpulan 89
5.2 Saran 90
DAFTAR PUSTAKA 91
LAMPIRAN

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR TABEL

TABEL **Halaman**

1. Keterkaitan antara Langkah Pembelajaran dengan Kegiatan Belajar dan Maknanya 35
2. Pengumpulan Data Lembar Observasi Psikomotror Bola Voli Mini 60
3. Instrumen Pengumpulan Data Lembar Observasi Afektif (sikap) 61
4. Instrumen Pengumpulan Data Lembar Tes Kognitif 63
5. Presentase Target Pencapaian 65
6. Hasil Ketuntasan Aspek Kognitif Siklus I 69
7. Hasil Ketuntasan Aspek Afektif Siklus I 71
8. Hasil Ketuntasan Aspek Psikomotor Siklus I 72
9. Paparan Ketuntasan hasil belajar Siklus I 74
10. Hasil Ketuntasan Aspek Kognitif Siklus II 76
11. Hasil Ketuntasan Aspek Afektif Siklus II 78
12. Hasil Ketuntasan Aspek Psikomotor Siklus II 80
13. Paparan Ketuntasan hasil belajar Siklus II 82
14. Hasil Rata-rata belajar Siklus I dan Siklus II 83

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR GAMBAR / GRAFIK

GAMBAR **Halaman**

1. Hal-hal yang Mempengaruhi Pertumbuhan Dan Perkembangan Belajar Melalui Aktivitas Jasmani 10
2. Lapangan Bola Voli 30
3. Permainan Bola Voli Mini Yang Dimodifikasi Dengan Jumlah 3 Anak Tiap Regu 31
4. Tahapan Melakukan Servis Bawah 44
5. Tahapan Melakukan Servis Atas 44
6. Melakukan *Passing* Bawah 47
7. Melakukan *Passing* Atas 48
8. Melakukan *Set Up* (Umpan) 50
9. Melakukan *Blocking* (Bendungan) 51
10. Pentahapan Melakukan *Smash* 51
11. Sarana dan Prasarana Bola Voli 52
12. Siklus Penelitian Tindakan Kelas 58

GRAFIK

1. Hasil capaian ketuntasan nilai aspek Kognitif siklus I 70
2. Hasil capaian ketuntasan nilai aspek Afektif siklus I 72
3. Hasil capaian ketuntasan nilai aspek Psikomotor siklus I 74
4. Ketuntasan Hasil Belajar Anak Siklus I 75
5. Hasil capaian ketuntasan nilai aspek Kognitif siklus II 78
6. Hasil capaian ketuntasan nilai aspek Afektif siklus II 80
7. Hasil capaian ketuntasan nilai aspek Psikomotor siklus II 82
8. Ketuntasan Hasil Belajar Anak Siklus II 83
9. Perubahan Hasil Belajar Siswa 84
10. Ketuntasan Hasil Belajar Siswa 84

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN **Halaman**

1. Surat Keputusan Dekan mengenai Penetapan Pembimbing 93
2. Surat ijin Penelitian dari Fakultas Keilmu olahragaan UNNES 94
3. Surat ijin penelitian dari SDN Kalirejo 1 95
4. RPP siklus 1 96
5. RPP siklus 2 108
6. Lampiran Hasil Pengamatan Kognitif Siklus I..... 125
7. Lembar Pengamatan Afektif Siklus I 126
8. Lampiran Hasil Pengamatan Afektif Siklus I..... 128
9. Lembar Pengamatan Psikomotor Siklus I..... 129
10. Lampiran Hasil Pengamatan Psikomotor Siklus I 133
11. Lampiran Hasil Analisis Skor Akhir Pengamatan Siklus I 134
12. Lampiran Hasil Pengamatan Kognitif Siklus II..... 135
13. Lembar Pengamatan Afektif Siklus II 136
14. Lampiran Hasil Pengamatan Afektif Siklus II..... 138
15. Lembar Pengamatan Psikomotor Siklus II..... 139
16. Lampiran Hasil Pengamatan Psikomotor Siklus II 143
17. Lampiran Hasil Analisis Skor Akhir Pengamatan Siklus II 144
18. Gambar Siklus I 145
19. Gambar Siklus II 152

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan olahraga merupakan salah satu bentuk dari pendidikan secara umum. Dalam proses pendidikan dan pencapaian tujuan pendidikan. Olahraga memegang peran yang sangat penting karena didalam materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat secara langsung mengembangkan /membina fisik agar sehat dan kuat.

Bola voli adalah permainan yang menyenangkan dimana muda-mudi, orang dewasa, dan orang tua secara iseng-iseng ikut memantul-mantulkan bola voli hilir mudik di udara melewati net. Kalau tidak ada net seutas tali pun bisa dipakai sebagai pemisah lapangan. Dalam lingkungan sekolah khususnya tingkat SD, SLTP, dan SLTA cabang olahraga bola voli telah tercantum dalam kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sehingga cabang olahraga ini wajib diajarkan pada lingkungan sekolah.

Permainan bola voli adalah permainan beregu, dimana melibatkan lebih dari satu orang pemain untuk berlangsungnya permainan ini dengan baik. Masing-masing pemain dari setiap regu harus memiliki keterampilan didalam memainkan bola serta kerjasama yang baik yang diperlukan untuk memenangkan pertandingan.

Salah satu permasalahan kurang berkembangnya proses pembelajaran Penjasorkes di sekolah terutama adalah terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran yang tersedia di sekolah baik terbatas secara kuantitas maupun kualitas. Dengan demikian potensi peserta didik akan tidak berkembang secara

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

optimal pada dasarnya, dan pada akhirnya kurang optimal pula dalam mendukung dan memberi kontribusi bibit-bibit atlet berpotensi yang dapat dikembangkan pada pembinaan prestasi olahraga ke depan.

Pembelajaran Penjasorkes dalam permainan bola voli mini merupakan salah satu upaya membantu penyelesaian permasalahan terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran Penjasorkes di sekolah.

Dari permasalahan-permasalahan tersebut di atas, maka dipandang perlu adanya pembelajaran permainan Bola Voli Mini, sehingga menjadikan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan serta sekaligus bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan anak didik.

Dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani, banyak faktor pendukung yang diperlukan antara lain; faktor guru sebagai penyampai informasi, siswa sebagai penerima informasi, sarana prasarana, dan juga metode pembelajarannya.

Proses pembelajaran dapat dikatakan efektif bila perubahan perilaku yang terjadi pada siswa setidak-tidaknya mencapai tingkat optimal. Sikap dan perilaku sehat pada siswa dapat terbentuk dengan meningkatkan partisipasi siswa secara aktif dalam segala bentuk aktivitas olahraga termasuk olahraga permainan bola voli mini.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Dalam proses pembelajaran bola voli di jenjang sekolah dasar kususnya SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang banyak dijumpai masalah diantaranya anak baru mengenal pertama kali dengan permainan bola voli sehingga anak merasa asing dengan permainan tersebut.

Sehingga anak ketika bermain-main dan melakukan dasar-dasar permainan bola voli banyak melakukan kesalahan misalnya servis belum bisa melewati net,

takut dengan bola, mengeluh tanganya merasa sakit, serta kurang termotivasi dan bergairah dalam belajar bola voli.

Metode yang dipakai kurang tepat atau kurang menyenangkan serta sarana dan prasarana yang masih minim sehingga menjadikan anak-anak kurang berminat untuk belajar bermain bola voli mini, khususnya belajar teknik dasar-dasar permainan bola voli. Akibatnya anak akan menjadi tidak terampil dalam bermain bola voli banyak anak-anak yang tidak dapat melewati pembatas atau net. Terbukti ketika mengadakan pra siklus dari 28 siswa yang berhasil melakukan teknik dasar bola voli hanya 6 anak atau sekitar 21% atau tuntas, sedang 22 anak belum tuntas atau sekitar 79 % .

Bila hal ini dibiarkan berlanjut tentu akan mempengaruhi tingkat keberhasilan anak didik atau prestasi anak didik serta menunjukkan adanya suatu permasalahan yang perlu dicari jalan keluarnya untuk mengatasi permasalah tersebut.

Berdasarkan pengamatan ditemukan adanya beberapa permasalahan yang menyebabkan menjadi kurang berhasilnya beberapa anak melakukan teknik dasar permainan bola voli. Beberapa kemungkinan yang menjadi penyebabnya adalah :

1. Kurangnya percaya diri siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli.
2. Kurang kuatnya anak dalam melakukan servis bawah dan servis atas.
3. Kedua tangannya merasa sakit apabila melakukan passing bawah.
4. Takut jari-jarinya cidera apabila melakukan *passing* atas karena bola yang dirasakannya cukup berat.

Dari kenyataan tersebut diatas dapat ditarik kesimpulan beberapa faktor penyebab dari timbulnya permasalahan tersebut antara lain :

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

1. Penggunaan metode yang belum sesuai dengan pembelajaran yang dilaksanakan di SD Negeri Kalirejo 1
2. Sarana yang digunakan masih kurang baik
3. Belum menggunakan modifikasi pembelajaran

Atas dasar permasalahan diatas peneliti akan menggunakan metode pembelajaran yang dapat membantu memecahkan masalah teknik dasar permainan bola voli mini pada khususnya dan permainan bola voli pada umumnya untuk siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang agar dapat melakukan teknik dasar permainan bola voli dengan baik dan benar, dengan pendekatan saintifik.

Selama ini pendekatan saintifik belum pernah digunakan dalam pembelajaran bola voli mini di SD Negeri Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang.

Adapun alasan penggunaan pendekatan saintifik adalah sebagai berikut:

1. Dengan anak mengamati gambar anak akan lebih senang dan tertarik serta antusias dalam mengikuti pembelajaran dan ada kalanya hasilnya lebih baik karena anak senang dengan materi yang disampaikan.
2. Melalui pendekatan saintifik karakter anak dalam permainan akan lebih berkembang dan merupakan langkah awal menuju pendekatan materi
3. Anak-anak memiliki sifat senang berkompetisi sehingga sifat sosialnya akan lebih berkembang.
4. Modifikasi aturan akan memungkinkan anak-anak untuk lebih aktif dan kreatif dalam mengikuti pembelajaran dan senang dengan permainan yang memakai aturan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Melalui pendekatan saintifik ini diharapkan dapat meningkatkan partisipasi aktif anak-anak dalam mengikuti pembelajaran bola voli dan menguasai materi lebih baik lagi serta mengalami peningkatan penguasan teknik dasar permainan bola voli.

Pembelajaran permainan bola voli mini yang merupakan cabang olahraga permainan bola besar tercantum dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) 2006, mulai diberikan pada siswa kelas V SD semester II (Silabus dan sistem Penilaian SD KTSP, (2006 : 68).

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti "**Peningkatan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Mini Melalui Pendekatan Saintifik Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016".**

1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang diatas permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah : "Apakah dengan Pendekatan Saintifik dapat Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Mini pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Kalirejo 1?"

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar permainan bola voli mini dalam penjasorkes melalui pendekatan Saintifik pada Siswa Kelas V SD Negeri Kalirejo I Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016.

1.4. Kegunaan Penelitian

Bagi guru dapat meningkatkan dan memperbaiki kemampuan mengajar permainan bola voli mini melalui pendekatan saintifik.

Bagi siswa dapat meningkatkan hasil belajar permainan bola voli mini dengan pendekatan saintifik.

Bagi sekolah turut berperan serta dalam meningkatkan kualitas pendidikan melalui proses pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif, dan menyenangkan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Pendidikan Jasmani

2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani

Menurut Nixom dan Cozens (1959) dalam bukunya Siti Safariatun (2008 : 1.4 – 1.10) mengemukakan "Pendidikan jasani adalah *phase* dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup system, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut. Volter dan Eslinger (Burcher, 1964) mengemukakan "Pendidikan Jasmani adalah *phase* pendidikan melalui aktivitas fisik".

Websters New Collegiate Dictionary (1980) menyatakan bahwa pendidikan jasmani (*physical Education*) adalah pengajaran yang memberikan perhatian pada pengembangan fisik dari mulai latihan *kalistenik*, latihan untuk kesehatan, senam serta performansi dan olahraga pertandingan. Ensiklopedi Indonesia menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan di sekolah-sekolah, terdiri dari latihan-latihan tanpa alat dan dengan alat, dilakukan di dalam ruangan dan di lapangan terbuka. Demikian pula menurut Menpora, pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Menpora, 1984).

Menurut Bucher (1983), kata 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. Sedangkan tambahan kata pendidikan yang kemudian menjadi pendidikan jasmani (*physical education*) merupakan satu pengertian yang tidak dapat dipisahkan antara pendidikan dan jasmani saja. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Walaupun pengambangan utamanya dan jasmani, namun tetap berorientasi pendidikan, pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan, akan tetapi sebagai alat untuk mencapai pendidikan.

Ketika seorang sedang melakukan kegiatan jasmani dalam bermain, berenang, berlari, sepak bola, senam dan kegiatan jasmani yang lain maka intense pendidikan harus selalu ada dalam permainan itu. Dengan berpartisipasi dalam program pendidikan jasmani akan bermanfaat untuk : a) memperbaiki tingkat kesehatan jasmani, b) memberikan dasar keterampilan yang akan membuat bekerja lebih efisien, menarik dan hidup penuh semangat, serta c) sebagai pendidikan sosial akan memberi sumbangan pada pembentukan karakter dan hubungan antar manusia yang baik.

Rijsdrop (1975) dari Belanda menggunakan istilah *gymnologi* yang berasal dari kata *gyzanien*, yaitu latihan, berlati dan *pasivum* atinya melatih diri. *Gynologi* adalah ilmu yang menelaah aksi motorik dalam ruang lingkup pendidikan dan pembentukan. Pendidikan jasmani bukanlah pendidikan daripada badan, tetapi suatu pergaulan pedagogik dalam dunia gerak dan pengalaman jasmani. Gerak manusia merupakan perubahan dalam hubungan manusia dengan dunia sekitar. Dalam ruang lingkup pendidikan aksi motorik yang disempurnakan, dimaksudkan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

untuk mengembangkan kepribadian menuju arah kedewasaan, kedewasaan manusia berarti secara berdikari mampu menunaikan hidupnya.

Menurut Menpora, pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan pembentukan watak. (Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan karangan Drs. Aip Syarifuddin, MP. halaman 8)

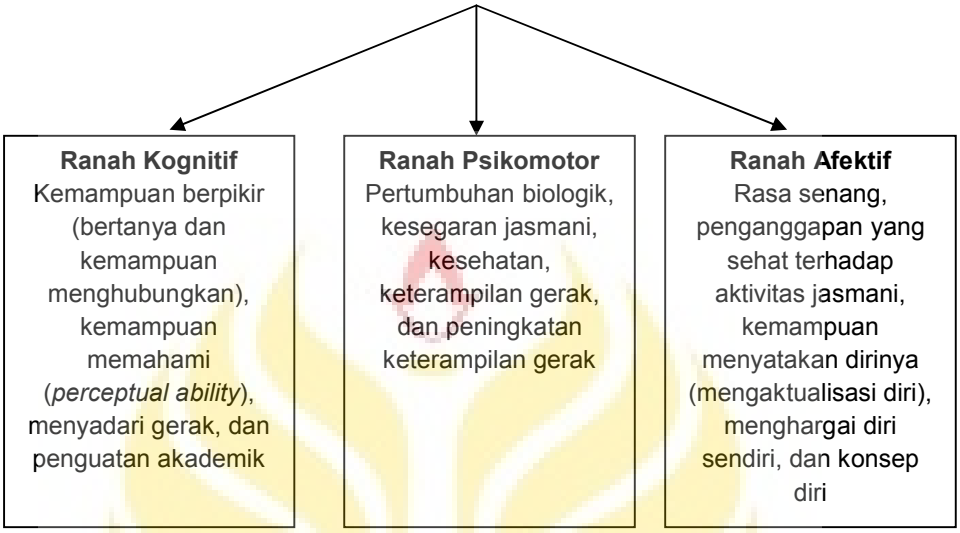
2.1.2 Tujuan Pendidikan dari Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah pergaulan pedagogik dalam dunia gerak dan penghayatan jasmani. Juga dikatakan bahwa guru pendidikan jasmani mencoba mencapai tujuannya dengan mengajarkan dan memajukan aktivitas- aktivitas jasmani. Dirjen Dikti mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematik menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya. Dilanjutkan oleh Rijsdorp mengatakan bahwa pendidikan jasmani itu menolng anak, dan orang muda menuju kedewasaan. Selanjutnya dikatakan juga pendidikan jasmani itu merupakan pergaulan pendidikan dalam bidang gerak dan pengetahuan tentang tubuh.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tujuan pendidikan jasmani sudah tercakup dalam pemaparan di atas, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, dan emosional. Dalam bentuk bagan dapat digambarkan sebagai berikut. Gabbard, Leblanc dan Lowy mengutarakan bahwa pertumbuhan dan

perkembangan belajar melalui aktivitas jasmani akan mempengaruhi hal-hal di bawah ini (lihat gambar).



Gambar 1
Hal-hal yang Mempengaruhi Pertumbuhan Dan Perkembangan Belajar Melalui Aktivitas Jasmani

Berkaitan dengan ranah pendidikan, Annarino, Cowell dan Hazelton menambahkan satu ranah lagi, yaitu kesegaran jasmani yang isinya terdiri dari kekuatan otot, daya tahan otot, kelenturan dan daya tahan kardiovaskular.

Dalam pendidikan jasmani terdapat suatu tujuan yang disebut keterampilan. Keterampilan gerak ini dapat berari gerak bukan olahraga, dan gerak untuk olahraga. Gerak untuk olahraga bagi anak-anak sekolah dasar bukan berarti anak-anak tersebut harus disiapkan gerakannya melalui olehraga sesuai dengan perkembangan dan kematangannya, maksudnya menurut Gabbard, dkk. adalah menyebutkan penyiapan gerak dan efisiensi gerak, sedangkan Annarino, dkk. adalah menyebutkan gerak fundamental keterampilan olahraga dan tari. Untuk mencapai gerak tersebut harus ditunjang oleh keadaan jasmani mengenai kekuatan otot, daya tahan, kelenturan dan daya tahan kardiovaskular.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Dari uraian diatas dapat diperjelas sebagai kerikut. Pendidikan jasmani sebagai pengajar gerak. Isi dari aspek pendidikan ini ditentukan oleh intense-intensi pedagogic atau tujuan-tujuan pendidikan yang dipakai sebagai pegangan guru pendidikan jasmani. Sesuai dengan berbagai medalitas dari hubungan manusia dengan dunianya, dengan benda-benda, dengan orang lain dan dengan dirinya sendiri maka tujuan yang dapat diraih adalah sebagai berikut:

1. Pembentukan gerak
   a. Memenuhi serta mempertahankan keinginan gerak
   b. Penghayatan ruang, waktu dan bentuk serta pengembangan perasaan irama
   c. Mengenal kemungkinan gerak sendiri.
   d. Memiliki keyakinan gerak dan mengembangkan perasaan sikap.
   e. Memperkaya dan memperluas kemampuan gerak dengan melakukan pengalaman gerak.
2. Pembentukan prestasi
   a. Mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan mengajarkan ketangkasan-ketangkasan.
   b. Belajar mengarahkan diri pada pencapaian prestasi (kemauan konsentrasi, keuletan, kewaspadaan, kepercayaan pada diri sendiri).
   c. Penguasaan emosi
   d. Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri
   e. Meningkatnya sikap tepat terhadap nilai yang nyata dati tingkat dan bidang prestasi, dalam kehidupan sehari-hari, dalam masyarakat dan dalam olahraga.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

3. Pembentukan sosial
   a. Pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama.
   b. Mengikutsertakan ke dalam struktur kelompok fungsional belajar bekerja sama, menerima pimpinan dan memberikan pimpinan.
   c. Pengembangan perasaan kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi.
   d. Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, memberikan pertolongan, memberikan perlindungan dan berkorban.
   e. Belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepasan lelah secara aktivitas untuk pengisian waktu senggang.
4. Pertumbuhan badan
   a. Pengingkatan syarat-syarat yang diperlukan untuk dapat tumbuh, bersikap dan bergerak dengan baik dan untuk dapat berprestasi secara optimal (kekuatan dan mobilitas, pelepasan ketegangan dan kesiapsiagaan.
   b. Meningkatkan keserasian jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.

Rangkuman tujuan pendidikan jasmani ini karenanya adalah sebagai berikut.

1. Pendidikan jasmani memberikan bantuan kepada siswa untuk mengenal dunianya dengan kualitas-kualitas serta tempat dirinya di dalamnya.
2. Pendidikan jasmani meningkatkan kesenangan bergerak, kepastian gerak dan kekayaan gerak.
3. Pendidikan jasmani meningkatkan kekayaan jasmani, rohani dan sosial serta kegairahan hidup.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

4. Mensiagakan menghadapi tugas dan waktu senggang
5. Membimbing kea rah penguasaan kewajiban dengan matang sebagai pribadi yang kreatif bulat.

Tidak ada pendidikan jasmani yang tidak bertujuan pendidikan. Tidak ada pendidikan yang lengkap, tanpa pendidikan jasmani, sebab adalah untuk belajar mengenal dunia dan dirinya sendiri.

2.1.3 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Tahun 2006 ,ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi :

1. Permainan dan olahraga meliputi :olahraga tradisional,permainan,eksplorasi gerak, ketrampilan lokomotor dan non-lokomotor,dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippres, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja ,tenis lapangan, bulu tangkis, bela diri serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh,komponen kesegaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana,ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, senam lantai serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, senam aerobik serta aktifitas lainnya.
5. Aktivitas air meliputi:permainan di air, keselamatan di air ,ketrampilan gerak di air, renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas meliputi:piknik/karya wisata,pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

7. Kesehatan meliputi : penanaman budaya hidup sehat, kesehatan pribadi, lingkungan sehat, makanan sehat, mencegah dan merawat cidera, waktu istirahat, P3K, UKS.

(Permen Nomor 22 Tahun 2006)

2.2 Perbedaan Makna Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Olahraga

Arah dan tujuan pendidikan jasmani dan olahraga telah digariskan dalam Ketetapan MPR No. II/MPR/1988, yang berbunyi seperti berikut: ""Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, pemupukan watak, disiplin dan sportivitas, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Sehubungan dengan itu perlu ditingkatkan pendidikan jasmani dan olahraga di lingkungan sekolah, pengembangan olahraga prestasi, upaya memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat serta upaya menciptakan iklim yang lebih mendorong masyarakat untuk berpartisipasi secara bertanggung jawab dalam membina dan mengembangkan olahraga. Khususnya, perlu ditingkatkan upaya pembibitan olahragawan, pembinaan pelatih, penyediaan sarana dan prasarana olahraga, pengembangan sistem pembinaan olahraga yang lebih efektif termasuk pemberian penghargaari bagi para olahragawan terutama atlet dan pelatih yang berprestasi serta pengembangan organisasi-organisasi keolahragaan dan wadah-wadah pembinaan lainnya".

Berdasarkan Ketetapan tersebut, bidang studi (pengajaran) pendidikan jasmani di sekolah-sekolah mengacu pada kurikulum yang berlaku sekarang ini, yaitu kurikulum edisi tahun 1984. Program pengajaran pendidikan jasmani

sekarang ini terdiri atas pelajaran inti dan pelajaran pilihan. Yang dimaksud dengan pelajaran inti berdasarkan Ketetapan MPR dalam GBHN adalah yang disebut dengan pendidikan jasmani, sedangkan pelajaran pilihan adalah olahraga. (Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, 1990: 7)

2.2.1 Arti Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani terdiri atas dua kata yang dipadukan, yaitu pendidikan dan jasmani. Pendidikan adalah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan (KBBI, 1989). Jasmani adalah tubuh atau badan (fisik). Namun, yang dimaksud dengan jasmani di sini bukan hanya badan saja tetapi secara keseluruhan (manusia seutuhnya), karena antara jasmani dan rohani tidak bisa dipisah-pisahkan. Jasmani dan rohani merupakan satu kesatuan yang utuh, yang selalu berhubungan dan selalu saling berpengaruh. (Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, 1990: 7)

2.2.2 Arti Olahraga

Olahraga dapat dipandang dari asal kata olah dan kara raga. Kata olah artinya mengolah, memasak, atau mengurus. Kata raga artinya badan atau jasmani (fisik).

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Namun, yang dimaksud dengan raga disini bukan hanya badan atau jasmani atau fisik yang hanya kelihatan dari luar saja, tetapi termasuk alat-alat yang ada di dalamnya, serta hal yang tidak dapat kita lihat, yaitu jiwa atau rohani.

2.3 Gerak Sebagai Suatu Kebutuhan Anak

Pada usia anak kalau dicermati dan di amati dari usia sekolah kelas I sampai kelas VI, mereka selalu ingin bergerak tidak mau diam. Anak selalu ingin berlari kesana kemari, melompat - lompat, naik turun tangga , berkejar - kejaran dengan teman-temannya, selalu ingin bergerak sesuai dengan kemauannya. Hal ini merupakan suatu naluri yang terdapat pada diri anak. Pada waktu pelajaran dalam kelaspun anak ingin selalu berjalan jalan kesana kemari berkeliling ruangan kelas, tidak bisa duduk diam yang ditunggu-tunggu hanya bel istirahat. Ketika mendengar bel istirahat berbunyi anak langsung berlari keluar untuk melakukan aktivitas sesuai kemauan yang dikehendaki.

2.4 Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1993:101) perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibanding pada masa sebelumnya dan juga pada masa sesudahnya. Kecenderungan perbedaan yang terjadi adalah dalam hal kepesatan dan pola pertumbuhan fisik anak laki-laki dan anak perempuan sudah mulai menunjukkan kecenderungan semakin jelas tampak adanya perbedaan.

Ukuran dan proporsi tubuh berubah secara bertahap, dari hubungan hampir konstan dipertahankan dalam perkembangan tulang dan netan. Oleh karenanya energi anak diarahkan ke arah penyempurnaan pola gerak dasar yang terbentuk selama periode masa awal anak. Di samping penyempurnaan pola gerak dasar, adaptasi, dan modifikasi terhadap gerak dasar perlu

dilakukan. Hal ini dimaksudkan untuk menghadapi adanya peningkatan atau pertambahan berbagai situasi (Yanuar Kiram, 1992:36).

2.5 Karakteristik siswa kelas 5

Menurut Drs. Djumidar (2006 : 10.3)

1. Dilihat dari sudut pandang perkembangan fisik :
   1) Koordinasi tangan, kaki dan mata mengarah pada gerakan yang utuh, merangkaikan gerak yang satu dengan yang lain.
   2) Ketahanan, kekuatan, dan kecepatan meningkat.
   3) Memiliki badan yang mulai kokoh.
   4) Gerakan-gerakannya cermat.
   5) Senang perlombaan
2. Dilihat dari perkembangan mental:
   1) Lingkup perhatiannya lebih luas.
   2) Mulai menganalisis hasil pengamatannya.
   3) Kemampuan berfikir meningkat.
   4) Mampu mengidentifikasi ciri-ciri daripada benda, dan peristiwa mahkluk hidup.
   5) Membanding-bandingkan dirinya dengan yang lain.
   6) Emosinya tinggi.
   7) Ingin dianggap seperti orang dewasa.

Menurut Samsudin (2009 : 1.6)

Pada usia ini ini otot-otot lebih berkembang, mereka merasa lebih besar (dewasa) dalam keadaan fisik, masih menyukai permainan yang sifatnya aktif. Mereka telah memiliki otot-otot yang lebih baik (berkembang), tetapi

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

perkembangan ototnya tidak sesuai dengan kekuatan otot, artinya anak-anak sesuai ini kekuatan ototnya kurang sesuai disbanding dengan besar tubuhnya. Kemampuan fisik anak laki-laki sudah mulai dapat dibedakan dengan anak perempuan. Dengan semakin meningkat kemampuan fisik, reaksi serta koordinasi gerakan maka mereka telah mengerti tentang olahraga tentang olahraga yang bersifat kompetitif.

Menurut Huizinga dalam Agus Mahendra (2008:1.3) mengatakan bahwa bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara bebas dan sukarela, kegiatannya dibatasi oleh waktu dan tempat, menggunakan peraturan yang bebas tidak mengikat, memiliki tujuan tersendiri dan mengandung unsur ketegangan, kesenangan serta kesadaran yang berbeda dari kehidupan biasa. Berdasarkan pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan, bermain dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang sadar dapat dilakukan oleh siapapun, dengan perasaan yang senang dan gembira, sukarela dan tanpa ada paksaan dari manapun, dalam suatu batas waktu, tempat, dalam ikatan aturan.

1. Pentingnya bermain

Menurut Rusli dalam Agus Mahendra (2008 : 1.6) dikatakan bahwa manusia cenderung menjadikan bermain sebagai satu kebutuhan yang hakiki, oleh karena itu manusia disebut sebagai mahkluk bermain (homoludens). Bermain dapat menimbulkan keriangan, kelincahan, relaksasi, dan harmonisasi sehingga seseorang cenderung bergairah.

Sedangkan menurut Katzenbogner dalam Agus Mahendra (2008 : 1.6) mengatakan bahwa kegairahan dapat memudahkan timbulnya inspirasi sehingga anak-anak dapat dengan mudah melakukannya, tanpa harus ada

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

paksaan dan hambatan. Melalui bermain, anak-anak mudah mengikuti irama gerak sesuai dengan pola gerakan yang diharapkan. Bahkan bermain dapat mendorong seseorang untuk melakukan kegiatan dengan antusias.

Sebagaimana sifatnya, anak-anak akan mudah terbangkit minatnya untuk bermain. Permainan yang dapat dilakukan dengan mudah cenderung menimbulkan tantangan pada anak-anak untuk mengerahkan semua ketangkasannya, siswa yang terbangkit semangatnya akan melanjutkan kegiatannya dan melupakan segala kelelahan yang dialaminya. Dengan sifat yang demikianlah, sebaiknya pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan sehingga memotivasi anak untuk melanjutkan pembelajaran dapat terjaga. Lain halnya apabila pembelajaran dilaksanakan tanpa unsur bermain sama sekali, maka anak cepat bosan dan lelah, sehingga tujuan pembelajaran sulit dicapai.

2. Permainan dalam Pendidikan Jasmani

Bagi umumnya guru di Indonesia, permainan sebagai bagian dari Penjas barangkali sudah sama-sama diketahui. Hal ini terkait dengan sudah lumrahnya istilah permainan masuk dalam terminology Penjas yang terwujud dalam istilah permainan sepakbola, permainan bola voli, permainan bulu tangkis, dan sebagainya. Dalam pendidikan jasmani ketika tujuan dari permainan dikaitkan dengan tujuan peningkatan kualitas fisik dan motorik, permainan yang dimaksud tentu harus yang bercirikan aktivitas jasmani, yaitu gerak yang selalu melibatkan penggunaan kelompok otot besar dan memerlukan penggunaan sejumlah besar energi untuk pergerakannya. Hal ini penting diangkat untuk membedakannya dari permainan yang bermakna

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

luas, yang memasukan ke dalamnya permainan, seperti permainan kartu, catur dan *play station*, termasuk juga permainan fantasi semata-mata.

Pendidikan jasmani mempunyai cirri unik mampu meningkatkan kebugaran jasmani dan ketrampilan motorik (kasar/olahraga) berisi pemainan -permainan yang sifatnya statis dan melibatkan kelompok otot-otot halus. Meskipun permainan jenis ini tetap memiliki sifat yang mempunyai daya tarik menyenangkan dan menggembirakan, namun tidak semua dipandang memiliki manfaat yang baik untuk kepentngan pendidikan jasmani.

2.6 Pengertian Bermain

Menurut Agus Mahendra (2008:1.3,1.4) bermain merupakan suatu aktivitas yang dapat dilakukan oleh semua orang, dari anak-anak hingga orang dewasa, tak terkecuali para penyandang cacat. Pada masa anak-anak bermain merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan dan cenderung merupakan kebutuhan dasar yang hakiki. Bahkan para ahli pendidikan mengatakan bahwa anak-anak identik dengan bermain karena hampir semua hidupnya tidak lepas dari bermain.

2.7 Belajar dan Pembelajaran Bermakna

Belajar pada hakikatnya merupakan proses perubahan di dalam kepribadian yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, dan kepandaian. Perubahan ini bersifat menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman.

Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu peoses interaksi antaranak dengan anak, anak dengan sumber belajar, dan anak dengan pendidik. Kegiatan

pembelajaran ini akan menjadi bermakna bagi anak jika dilakukan dalam lingkungan yang nyaman dan memberikan rasa aman bagi anak. Proses belajar bersifat individual dan kontekstual, artinya proses belajar terjadi dalam diri indiividu sesuai dengan perkembangannya dan lingkungannya.

Belajar bermakna (*meaningfull learning*) merupakan suatu proses dikaitkannya informasi baru pada konsep-konsep relevan yang terdapat dalamn struktur kognitif seseorang. Kebermaknaan belajar sebagai hasil dari peristiwa mengajar ditandai oleh terjadinya hubungan antar aspek-aspek, konsep-konsep, informasi atau situasi baru dengan komponen-komponen yang relevan di dalam struktur kognitif siswa. Proses belajar tidak sekedar menghafal konsep-konsep untuk menghasilkan pemahaman yang utuh, sehingga konsep yang dipelajari akan dipahami secara baik dan tidak mudah dilupakan. Dengan demikian, agar terjadi belajar bermakna maka guru harus selalu berusaha mengetahui dan menggali konsep-konsep tersebut dengan pengetahuan baru yang akan diajarkan.

Dengan kata lain, belajar akan lebih bermakna jika anak mengalami langsung apa yang dipelajarinya dengan mengaktifkan lebih banyak indra daripada hanya mendengarkan orang/guru menjelaskan. (Pembelajaran Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI, 2008: 48)

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.8 Strategi Pembelajaran PAKEM

Untuk menciptakan proses belajar yang unggul/berkualitas dalam pembelajaran *fullday*, maka perlu dikembangkan strategi khusus yang membuat siswa termotivasi untuk belajar dan selalu merasakan kesenangan dalam belajarnya. Dalam mengembangkan strategi belajar yang demikian, siswa

menjadi pusat perhatian utama.Dewasa ini, pembelajaran yang berpusat pada siswa (*student center*) lebih dikenal dengan istilah PAKEM (Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan) yang dapat d9elaskan sebagai berikut (Ardiansyah, 2011).

2.8.1 Pembelajaran Aktif

Pembelajaran aktif merupakan sebuah pendekatan pembelajaran yang lebih banyak melibatkan aktivitas peserta didik dalam mengakses berbagai informasi dan pengetahuan untuk dibahas dan dikaji dalam pembelajaran di kelas sehingga mereka mendapatkan berbagai pengalaman yang dapat meningkatkan pemahaman dan kompetensinya. Lebih dari itu, pembelajaran aktif memungkinkan peserta didik untuk mengembangkan kemampuan berfikir tingkat tinggi, seperti menganalisis dan mensintesis, serta melakukan penilaian terhadap berbagai peristiwa belajar dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Pembelajaran aktif memiliki, persamaan dengan model pembelajaran *self discovery learning*; yakni pembelajaran yang dilakukan pesereta didik untuk menanyakan kesimpulan sendiri sehingga dapat menjadikan nilai baru yang dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam pembelajaran aktif guru dapat memposisikan dirinya sebagai fasilisator yang bertugas memberikan kemudahan belajar (*to facilitate of learning*) kepada peserta didik. Peserta didik terlibat secara aktif dan banyak berperan dalam proses pembelajaran, sedangkan guru lebih banyak memberikan arahan, bimbingan, serta mengatur sirkulasi proses pembelajaran.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.8.2 Pembelajaran Kreatif

Pembelajaran kreatif mengharuskan guru dapat memotivasi dan memunculkan kreativitas peserta didik selama pembelajaran berlangsung dengan menggunakan beberapa metode atau strategi yang bervariasi misalnya kerja kelompok, bermain peran dan mernecahkan masalah.

Pembelajaran kreatif menuntut guru untuk mampu merangsang kreativitas peserta didik, baik dalam mengembangkan kecakapan dalam berpikir maupun dalam melakukan suatu tindakan. Berpikir kreatif selalu dimulai dengan berpikir kritis, yakni menemukan dan melahirkan sesuatu yang sebelumnya tidak ada atau memperbaiki sesuatu. Berpikir kreatif harus dikembangkan dalam proses pembelajaran, agar Peserta didik terbiasa dalam mengembangkan kreativitasnya. Menurut Campbell, kreatif mengandung arti inovatif, belum ada sebelumnya, segar, menarik, aneh, dan mengejutkan. Selain itu kreatif adalah berguna, memiliki lebih baik, praktis, mempermudah, memperlancar, mengembangkan, mendidik memecahkan masalah, mengatasi kesulitan, mendatangkan hasil yang baik, dapat dimengerti.

2.8.3 Pembelajaran Efektif

Pembelajaran dapat dikatakan efektif jika mampu memberikan pengalaman baru, membentuk kompetensi peserta didik, serta mengantarkan mereka ke tujuan yang ingin dicapai secara optimal. Hal ini dapat dicapai dengan melibatkan peserta didik dalam perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian pembelajaran. Peserta didik harus melibatkan secara penuh agar bergairah dalam pembelajaran sehingga pembelajaran benar-benar kondusif dan terarah pada tujuan dan pembentukan kompetensi peserta didik.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Pembelajaran efektif menuntut keterlibatan peserta didik secara, aktif, karena mereka merupakan pusat kegiatan pembelajaran dan pembentukan kompetensi.peserta didik harus didorong untuk menafsirkan informasi yang disajikan oleh guru sampai informasi tersebut dapat diterima oleh akal sehat. Dalam pelaksanaannya, memerlukan proses pertukaran pikiran, diskusi dan perdebatan dalam rangka pencapaian pemahaman yang sama terhadap materi standar.

Pembelajaran yang efektif harus ditunjang dengan lingkungan memadai. Dari situ guru harus mampu mengelola tempat belajar dengan baik, mengelola peserta didik, mengelola kegiatan pembelajaran, mengelola isi atau materi pembelajaran dan mengelola sumber-sumber belajar seperti modal dan diktat.

2.8.4 Pembelajaran Menyenangkan

Pembelajaran menyenangkan (*joy instruction*) merupakan suatu proses pembelajaran yang di dalamnya terdapat sebuah kohesi yang kuat antara pendidik dan peserta didik, tanpa ada perasaan terpaksa atau tertekan. Dengan kata lain, pembelajaran yang menyenangkan adalah adanya hubungan yang baik antara peserta didik dan pendidik dalam posisi pembelajaran. Guru memposisikan diri sebagai mitra belajar peserta didik dalam proses pembelajaran, bahkan dalam hal tertentu tidak menutup kemungkinan guru belajar dari peserta didiknya. Hal ini disebabkan karena pesatnya perkembangan teknologi informasi sehingga memungkinkan siswa dapat memperolehinformasi lebih cepat daripada gurunya. Dalam hal ini perlu diciptakan suasana yang demokratis, dan tidak ada beban baik bagi guru maupun bagi peserta didik dalam melakukan proses pembelajaran. Untuk mewujudkan proses pembelajaran yang

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

menyenangkan, guru harus mampu merancang pembelajaran yang baik, memilih materi yang tepat, serta memilih dan mengembangkan strategi yang dapat melibatkan peserta didik secara optimal. (Isriani Hardini, S.S.,M.A., Dewi Puspitasari, M.Pd., 2012. 82-86)

2.9 Fungsi Bermain dalam Pendidikan

Menurut Bigo, Kohnstam, dan Palland (1950 : 275 – 276) dalam bukunya Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes (Sukintaka , 1992 : 5 – 6) ketiga pakar ini berpendapat bahwa permainan mempunyai makna pendidikan, dengan uraian sebagai berikut :

a. Permainan merupakan salah satu dari banyak wahana untuk membawa anak kepada hidup bersama atau masyarakat. Anak akan memahami dan menghargai dirinya atau temannya. Pada anak yang bermain, akan tumbuh rasa kebersamaan, yang sangat baik bagi pembentuk rasa sosial.
b. Dalam permainan anak akan mengetahui kekuatannya, menguasai alat bermain, dan mengetahui sifat alat.
c. Dalam permainan, anak akan mempunyai suasana, yang tidak hanya mengungkapkan fantasinya saja, tetapi juga akan megungkapkan semua sifat aslinya, dan pengungkapan itu dilakukan secara patuh dan spontan. Anak laki-laki dan perempuan yang berumur sama akan berbuat yang berbeda terhadap permainan yang sama (misalnya bermain dengan kubus, atau boneka).
d. Dalam permainan, anak mengungkapkan macam-macam emosinya, dan sesuai dengan yang diperolehnya saat itu jenis emosi itu diungkapkannya, serta tidak mengarah pada prestasi.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

e. Dalam bermain anak akan dibawa kepada kesenangan, kegembiraan dan kebahagiaan dalam dunia kehidupan anak. Semua situasi ini mempunyai makna wahana pendidikan.

f. Permainan akan mendasari kerjasama, taat kepada peraturan permainan, pembinaan, watak jujur dalam bermain, dan semuanya ini akan membentuk sifat "*fair play*" (jujur, sifat kesatria, atau baik) dalam bermain).

g. Bahaya dalam bermain dapat saja timbul, dan keadaan ini akan banyak gunanya dalam hidup yang sesungguhnya.

2.10 Karakteristik bermain

Bola Voli adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah Net. Terdapat versi yang berbeda tentang jumlah permain, jenis / ukuran lapangan, angka kemenangan yang digunakan untuk keperluan tertentu. Namun pada hakekatnya permainan bola voli bermaksud menyebar luaskan kemahiran bermain kepada setiap orang yang meminatinya. Tujuan dari permainan adalah melewatkan bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok). Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, Bola keluar atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna. Dalam permainan bola voli tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka (*Rally Point System*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan rally akan memperoleh satu angka dan berhak

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

untuk melakukan servis berikutnya, Serta para pemainya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam. (PP. PBVSI, 2005 : 1)

Menurut (Tri Nurharsono dan Agung Wahyudi dalam skripsi Kusmardiko Sugiyantoro 2014) Permainan bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa, baik wanita maupun pria. Kegunaan bermain bola voli dalam pembentukan individu secara harmonis antara perkembangan jasmani dan rohani sangatlah besar sahamnya. Prestasi permainan bola voli akan baik bila jasmani dan rohani saling kait mengait dalam gerakan-gerakan bermain, jiwa sebagai pendorong utama untuk menggerakkan kemampuan jasmani yang telah dimiliki. Perkembangan jasmani dimaksudkan untuk pembentukan sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan, serta kemampuan jasmani yang mencakup kecepatan, kelincahan, dayatahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya. Perkembangan rohani dimana segi kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang positif sesuai dengan tuntutan masyarakat indonesia. Dengan bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur: daya pikir, kemauan, dan perasaan. Disamping itu kepribadian berkembang dengan baik terutama self kontrol, disiplin, rasa kerjasama, rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Dengan dasar tersebut diatas, Tri Nurharsono dan Agung Wahyudi menentang pendapat siapapun yang mengatakan:" Karena bermain bola voli orang akan menjadi bodoh, gagal dalam sekolah dan malas bekerja". Akibat semacam itu akan terjadi bila pemain tersebut tidak dapat membagi waktu antara belajar, bekerja ditumpahkan sebagai akibat karena bermain bola voli.

Dari beberapa pendapat di atas, penulis berusaha memberikan kesimpulan bahwa permainan bola voli adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

regu saling berhadapan dibatasi oleh sebuah net, tiap regu berusaha mencari kemenangan/mendapatkan point dengan cara melambungkan bola melewati atas net ke daerah lawan dengan maksimal tiga kali sentuhan. Sedangkan manfaat dari permainan bola voli secara umum adalah pembentukan individu secara jasmani maupun rohani.

2.10.1 Cara Memulai Permainan

Untuk memulai permainan, kedua tim dapat melakukan undian dengan melempar koin di antara kedua kapten tim. Kapten tim yang memenangkan undian berhak menentukan apakah timnya akan melakukan servis atau menerima servis. Selain itu, ia juga dapat memilih daerah bermain timnya. Kapten tim yang kalah dalam undian harus menerima pilihan yang tersisa. Hak untuk melakukan servis pertamal, itu diatur pada setiap set dimulai sampai pada set penentuan. Pada set penentuan, dilakukan undian untuk kedua kalinya.

Ketika permainan mencapai angka delapan pada set penentuan, dilakukan pertukaran tempat untuk kedua tim. Namun, bisa saja pertukaran tepat tidak dilakukan jika kedua kapten tim setuju untuk tidak berpindah tempat.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.10.2 Perolehan Nilai

Kapan sebuah tim mencetak nilai? Timmu akan mendapatkan nilai jika berhasil mendaratkan bola di lapangan permainan lawan. Dika pemain regu lawan membuat suatu kesalahan, timmu memenangkan suatu reli.

Apakah yang dimaksud dengan reli? Reli adalah rangkaian gerak permainan diawali pukulan servis oleh pelaku servis sampai bola di luar

permainan. Jika tim yang melakukan servis memenangkan reli, tim itu mendapat angka dan tetap melakukan servis. Dika tim yang menerima servis memenangkan reli, tim itu mendapatkan angka dan selanjutnya harus melakukan servis.

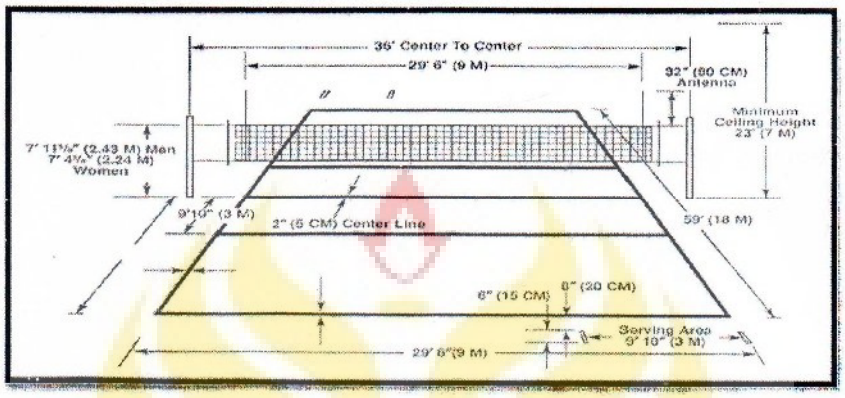
Satu set dimenangkan oleh regu yang pertama mendapat angka 25 dengan selisih angka minimal dua angka. Pada keadaan 24-24 permainan dilanjutkan hingga dicapai selisih dua angka. Pertandingan dimenangkan oleh tim yang memenangkan tiga set. Pada keadaan 2-2 set penentuan (set ke-5) dimainkan hingga angka 15 dengan selisih minimal 2 angka.

2.10.3 Ukuran Lapangan

Lapangan permainan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 18x9 meter untuk dewasa, untuk anak-anak SD 12x6 meter, dikelilingi oleh daerah bebas dengan minimal disemua sisi 3 meter. Daerah bebas permainan adalah ruang diatas daerah permainan yang bebas dari segala halangan. Daerah bebas permainan harus memiliki ketinggian minimal 7 meter dari permukaan lapangan. Untuk kejuaraan dunia dan pertandingan resmi FIVB, daerah bebas harus berukuran minimal 5 meter dari garis samping dan 8 meter dari garis akhir. Daerah bebas permainan harus memiliki ketinggian minimal 12,5 meter dari permukaan lapangan. Untuk lapangan indoor permukaan lapangan berwarna terang, semua garis lebarnya 5 cm. Garis - garis tersebut harus berwarna terang dan berwarna lain dari lantai. Pada setiap lapangan daerah serang (depan) ditandai oleh garis serang yang dibuat dengan jarak 3 meter kearah belakang dari poros garis tengah. Daerah servis adalah daerah selebar 9 meter dibelakang setiap garis akhir. Daerah ini dibatasi oleh 2 garis pendek

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

sepanjang 15 cm yang dibuat 20 cm dibelakang garis akhir sebagai kepanjangan garis akhir. Kedua garis pendek tersebut sudah termasuk garis batas daerah servis. (PP PBVSI 2005 : 7 - 9)



Gambar 2 Lapangan Bola Voli
(Sumber http://id.wikipedia.org/wiki/Bola _Voli)

2.10.4 Lama Permainan

Suatu set (kecuali set ke V) dimenangkan oleh satu regu yang lebih dahulu mendapatkan angka 25, Dengan minimal selisih 2 angka dalam kedudukan angka 24 - 24, Permainan dilanjutkan hingga tercapai selisih 2 angka (26 - 24, 27 - 25 dst). Dalam kedudukan set 2 - 2 maka set penentuan (set ke V) dimainkan hingga angka 15 denga selisih minimal 2 angka pada kedudukan angka 14 - 14 (16 - 14, 18 - 16 dst).(Machfud Irsyada, 2000 : 46)

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.10.5 Pelanggaran

Setiap kesalahan sikap yang terjadi sebelum atau antar set dan dikenakan sanksi sesuai peraturan dan sanksi berlaku untuk set berikutnya.

a. Peringatan lisan atau isyarat tangan, tanpa kartu
b. Penalti (kartu kuning)
c. Dikeluarkan (kartu merah)

d. Diskualifikasi (kartu kuning dan kartu merah disatukan)

(Disadur dalam buku PP PBVSI 2005 : 54)

2.10.6 Wasit dan Asisten Wasit

Menurut (Machfud Irsyada, 2000 : 51) Susunan petugas perwasitan untuk satu pertandingan disusun sebagai berikut:

a. Wasit I

b. Wasit II

c. Pencatat skor

d. 4 Hakim garis

Hanya wasit yang dapat meniup peluitnya selama pertandingan. Wasit I memberikan isyarat untuk servis, menandakan dimulainya permainan dan di bantu Wasit II memberikan isyarat akhir dari permainan, setelah ada satu kesalahan dan memahami mengenai sifat kesalahan dengan menunjukan melalui isyarat tangan yang resmi.

Gambar 3 Permainan Bola Voli Mini Yang Dimodifikasi Dengan Jumlah 3 Anak Tiap Regu

Latihan bermain voli (Sumber: Buku Penjasorkes Kelas V, 2006)

2.11 Karakteristik Pembelajaran dengan Pendekatan Saintifik

Karakteristik pembelajaran pada setiap satuan pendidikan terkait erat pada Standar Kompetensi Lulusan dan Standar Isi. Standar Kompetensi Lulusan memberikan kerangka konseptual tentang sasaran pembelajaran yang harus dicapai. Standar Isi memberikan kerangka konseptual tentang kegiatan belajar dan pembelajaran yang diturunkan dari tingkat kompetensi dan ruang lingkup materi.

Sesuai dengan Standar Kompetensi Lulusan, sasaran pembelajaran mencakup pengembangan ranah sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang dielaborasi untuk setiap satuan pendidikan.

Ketiga ranah kompetensi tersebut memiliki lintasan perolehan (proses psikologis) yang berbeda. Sikap diperoleh melalui aktivitas "menerima, menjalankan, menghargai, menghayati, dan mengamalkan". Pengetahuan diperoleh melalui aktivitas "mengingat, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi, mencipta". Keterampilan diperoleh melalui aktivitas "mengamati, menanya, mencoba, menalar, menyaji, dan mencipta". Karaktersitik kompetensi beserta perbedaan lintasan perolehan turut serta mempengaruhi karakteristik standar proses. Untuk memperkuat pendekatan ilmiah (*scientific*), tematik terpadu (tematik antarmata pelajaran), dan tematik (dalam suatu mata pelajaran) perlu diterapkan pembelajaran berbasis penyingkapan/penelitian (d*iscovery / inquiry learning*). Untuk mendorong Kemampuan peserta didik untuk menghasilkan karya kontekstual, baik individual maupun kelompok maka sangat disarankan menggunakan pendekatan pembelajaran yang menghasilkan karya berbasis pemecahan masalah (*project based learning*).

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Rincian gradasi sikap, pengetahuan, dan keterampilan sebagai berikut

Sikap	Pengetahuan	Keterampilan
Menerima	Mengingat	Mengamati
Menjalankan	Memahami	Menanya
Menghargai	Menerapkan	Mencoba
Menghayati	Menganalisis	Menalar
Mengamalkan	Mengevaluasi	Menyaji
		Mencipta

Karakteristik proses pembelajaran disesuaikan dengan karakteristik kompetensi. Pembelajaran tematik terpadu di SD/MI/SDLB/Paket A disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik.

Karakteristik proses pembelajaran disesuaikan dengan karakteristik kompetensi. Pembelajaran tematik terpadu di SMP/MTs/SMPLB/Paket B disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik. Proses pembelajaran di SMP/MTs/SMPLB/Paket B disesuaikan dengan karakteristik kompetensi yang mulai memperkenalkan mata pelajaran dengan mempertahankan tematik terpadu pada IPAdan IPS.

Karakteristik proses pembelajaran di SMA/MA/SMALB/SMK/MAK/Paket C/ Paket C Kejuruan secara keseluruhan berbasis mata pelajaran, meskipun pendekatan tematik masih dipertahankan.

Standar Proses pada SDLB, SMPLB, dan SMALB diperuntukkan bagi tuna netra, tuna rungu, tuna daksa, dan tuna laras yang intelegensinya normal.

Secara umum pendekatan belajar yang dipilih berbasis pada teori tentang taksonomi tujuan pendidikan yang dalam lima dasawarsa terakhir yang secara umum sudah dikenal luas. Berdasarkar teori taksonomi tersebut capaian pembelajaran dapat dikelompokkan dalam tiga ranah yakni ranah kognitif, affektif dan psikomotor. Penerapan teori taksonomi dalam tujuan pendidikan di berbagai

negara dilakukan secara adaptif sesuai dengan kebutuhannya masing-masing. Undang-Undang Nomor 2C Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional telah mengadopsi taksonomi dalam bentuk rumusan sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

Proses pembelajaran sepenuhnya diarahkan pada pengembangan ketiga ranah tersebut secara utuh/holistik, artinya pengembangan ranah yang satu tidak bisa dipisahkan dengan ranah lainnya. Dengar demikian proses pembelajaran secara utuh melahirkan kualitas pribadi yang mencerminkan keutuhan penguasaan sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

2.12 Pendekatan Saintifik

2.12.1 Esensi Pendekatan Saintifik/ Pendekatan Ilmiah

Proses pembelajaran dapat dipadankan dengan suatu proses ilmiah, karena itu Kurikulum 2013 mengamanatkan esensi pendekatan saintifik dalam pembelajaran. Pendekatan saintifik diyakini sebagai titian emas perkembangan dan pengembangan sikap, keteramampilan, dan pengetahuan peserta didik. Dalam pendekatan atau proses kerja yang memenuhi kriteria ilmiah, para ilmuan lebih mengedepankan pelararan induktif (*inductive reasoning*) dibandingkan dengan penalaran deduktif (*deductive reasoning*).

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Penalaran deduktif melihat fenomena umum untuk kemudian menarik simpulan yang spesifik. Sebaliknya, penalaran induktif memandang fenomena atau situasi spesifik untuk kemudian menarik simpulan secara keseluruhan. Sejatinya, penalaran induktif menempatkan bukti-bukti spesifik ke dalam relasi ide yang lebih luas. Metode ilmiah umumnya menempatkan fenomena unik dengan kajian spesifik dan detail untuk kemudian merumuskan simpulan umum.

Metode ilmiah merujuk pada teknik-teknik investigasi atas suatu atau beberapa fenomena atau gejala, memperoleh pengetahuan baru, atau mengoreksi dan memadukan pengetahuan sebelumnya.

Untuk dapat disebut ilmiah, metode pencarian (*method of inquiry*) harus berbasis pada bukti-bukti dari objek yang dapat diobservasi, empiris, dan terukur dengan prinsip-prinsip penalaran yang spesifik. Metode ilmiah pada umumnya memuat serangkaian aktivitas pengumpulan data melalui observasi, eksperimen, mengolah informasi atau data, menganalisis, kemudian memformulasi, dan menguji hipotesis.

2.12.2 Langkah-langkah Pembelajaran dengan Pendekatan Ilmiah

Menurut Permendikbud Nomor 81 A Tahun 2013 lampiran IV, proses pembelajaran terdiri atas lima pengalaman belajar pokok yaitu:

a. mengamati;
b. menanya;
c. mengumpulkan informasi/eksperimen;
d. mengasosiasikan/mengolah informasi; dan
e. mengkomunikasikan.

Kelima pembelajaran pokok tersebut dapat dirinci dalam berbagai kegiatan belajar sebagaimana tercantum dalam tabel berikut :

Tabel 1. Keterkaitan antara Langkah Pembelajaran dengan Kegiatan Belajar dan Maknanya

Langkah Pembelajaran	Kegiatan Belajar	Kompetensi Yang Dikembangkan
Mengamati	Membaca, mendengar, menyimak, melihat (tanpa atau dengan alat	Melatih kesungguhan, ketelitian, mencari informasi

Langkah Pembelajaran	Kegiatan Belajar	Kompetensi Yang Dikembangkan
Menanya	Mengajukan pertanyaan tentang informasi yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan factual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik)	Mengembangkan kreativitas, ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membantuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat
Mengumpulkan informasi / eksperimen	- Melakukan eksperimen - Membaca sumber lain selain buku teks - Mengamati objek/kejadian/aktivitas - Wawancara dengan narasumber	Mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat
Mengasosiasikan/ mengolah informasi	- Mengolah informasi yang sudah dikumpulkan baik terbatas dari hasil kegiatan mengumpulkan/eksperimen maupun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi - Pengolahan informasi yang dikumpulkan dari yang bersifat menambah keluasaan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memuiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan	Mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam menyimpulkan
Mengkomunikasikan	Menyampaikan hasil pengamatan, kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara	Mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan

Langkah Pembelajaran	Kegiatan Belajar	Kompetensi Yang Dikembangkan
	lisan, tertulis, atau media lainnya	berpikir sistematis, mengumbkapkan pendapat dengan singkat dan jelas, dan mengembangkan kemampuan berbahasa yang baik dan benar

(Dokumen Kurikulum 2013 Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah, 2014: 14-19)

2.13 Bahan Ajar Pendidikan Jasmani

Adapun pembelajaran pendidikan jasmani disekolah meliputi beberapa kategori gerak yaitu:

1. Gerak Lokomotor

   Menurut Slamet Santoso, gerak lokomotor adalah setiap gerak yang dilakukan, dalam keadaan tubuh dipindahkan posisinya ke arah mendatar (horisontal) atau ke arah gerak (vertikal), dari satu titik ke titik lainnya dalam sebuah ruang.

2. Gerak Non Lokomotor

   Menurut Slamet Santoso, gerak non lokomotor adalah gerak itu dikatakan stabil, karena badan seseorang menetap pada satu posisi.

3. Gerak Manipulatif

   Menurut Slamet Santoso, gerak manipulative adalah gerak yang melibatkan pengendalian atau kontrol terhadap objek tertentu, terutama dengan menggunakan tangan atau kaki. Ada dua klasifikasi keterampilan manipulatif, yaitu (1) keterampilan reseptif (*receptive skil*); dan (2) keterampilan propulsif (*propulsive skill*). Keterampilan reseptif melibatkan gerakan menerima objek, misalnya menangkap, menjerat, sedangkan keterampilan propulsif bercirikan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

dengan suatu kegiaan yang membutuhkan gaya atau tenaga pada objek tertentu, misalnya melempar, memukul, menendang.

4. Permainan Bola Besar

Menurut Syamsir Aziz (2006:1.6), besarnya bola yang dipakai seperti sepak bola, bola voli, bola tangan, bola basket, futsal, dan bola keranjang.

Bermain bola voli mini dapat dicapai diperlukan pembinaan atau latihan yang rutin dan tekun. Salah satunya dapat dilaksanakan melalui pembelajaran pendidikan jasmani disekolah karena olahraga bola voli termasuk dalam kurikulum sebagai salah satu materi pelajaran dalam pendidikan jasmani dan kesehatan. Latihan bola voli mini di sekolah bertujuan untuk meningkatkan derajat kesegaran jasmani dan keterampilan gerak dasar. Hal ini beralasan karena usia sekolah dasar merupakan usia yang paling tepat untuk mengenalkan dan membina permainan bola voli untuk berprestasi yang lebih baik.

Untuk pembelajaran bola voli di SD Negeri Kalirejo 1 belum banyak dikenal oleh siswa hal ini terlihat dari kurangnya respon yang baik dari siswa. Disamping itu belum mempunyai sarana dan prasarana yang cukup dan belum diketahuinya faktor apa yang menyebabkan siswa kurang antusias terhadap permainan bola voli, hal ini terbukti ketika ada pembelajaran bola voli kelas V di SD Negeri Kalirejo 1 siswa belum banyak menguasai dasar-dasar permainan bola voli juga terlihat dari hasil penilaian setelah diadakan pembelajaran yang nilai rata-rata masih dibawah KKM Penjas yaitu 75 dari 28 siswa yang tuntas 6 siswa (21%). Maka berdasarkan latar belakang di atas penulis sangat tertarik untuk mengetahui sebarapa besar kemampuan siswa SD Negeri Kalirejo 1 terhadap pembelajaran permainan bola voli mini dan untuk mengetahui model

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

pembelajaran apa yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa yang mudah dimengerti dan dipahami.

2.14 Konsep dan Prinsip Bermain Bola Voli

Permainan bola voli pada awal ide dasarnya adalah permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu. Untuk masing-masing regu, lapangan dibagi dua sama besar oleh net atau tali yang dibentangkan di atas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu. Satu orang pemain tidak boleh memantulkan bola dua kali secara berturut-turut, dan satu regu dapat memainkan bola maksimal tiga kali sentuhan di lapangannya sendiri. Prinsip bermain bola voli adalah menjaga bola jangan sampai jatuh di lapangan sendiri dan berusaha menjaruhkan bola di lapangan lawan atau mematikan bola di pihak lawan. Permainan dimulai dengan pukulan servis dari daerah servis. Peraturan dasar yang digunakan adalah bola harus dipantulkan oleh tangan, lengan, atau bagian depan badan dan anggota badan. Bola harus diseberangkan ke lapangan lawan melalui atas net.

Tujuan orang bermain bola voli berawal dari tujuan yang bersifat rekreatif, kemudian berkembang ke tujuan-tujuan lain seperti untuk mencapai prestasi yang tinggi, meningkatkan prestise diri atau bangsa dan negara, memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, memanfaatkan waktu luang, bersosialisasi, bahkan saat ini ada sebagian pemain yang bertujuan untuk kepentingan ekonomi dan bisnis. Di lingkungan persekolahan permainan bola voli digunakan sebagai salah satu sarana atau alat untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Seiring dengan perkembangan tujuan bermain bola voli, dan saling berinteraksinya dari masing-masing tujuan orang bermain bola voli, maka cara-cara atau teknik-teknik bermain pun semakin berkembang. Begitu pula peraturan-peraturan permainan yang mengikatnya. Cara-cara memainkan bola dari mulai hanya dengan cara memantul-mantulkan bola dengan tangan, sampai ditemukannya berbagai teknik dan taktik bermain yang dianggap paling efektif untuk memenangkan pertandingan. Begitu juga jumlah orang yang bermain, ukuran-ukuran lapangan permainan, cara-cara memenangkan permainan atau *rally*, sampai pada perlengkapan permainan lainnya.

2.15 Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli

Jika dilihat dari karakteristik permainan bola voli, seperti yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, terdapat tiga keterampilan dasar memainkan bola, yaitu (1) keterampilan dasar memantulkan dan mengoperkan bola, (2) keterampilan dasar memukul bola, dan (3) keterampilan dasar membendung bola.

2.15.1 Keterampilan Dasar Memantulkan dan Mengoperkan Bola

Keterampilan ini digunakan untuk memainkan bola baik yang datang dari lawan maupun dari kawan seregu. Bola yang datang dari lawan biasanya memiliki karakteristik sulit untuk dimainkan, bahkan mematikan. Misalnya: (1) cepat, (2) sulit diantisipasi arah dan kecepatannya, dan (3) jauh dari posisi keberadaannya, sehingga untuk memainkannya terlebih dahulu bola harus didekati dengan cara melangkah, berlari, atau meluncur. Dalam situasi permainan, datangnya bola yang memiliki ciri-ciri sulit tersebut tidak selamanya

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

datang dari lawan, tetapi kadangkala juga datang dari kawan seregu. Datangnya bola yang memiliki ciri-ciri sulit mengakibatkan penerima sulit untuk mengendalikan ke mana atau kepada siapa bola akan dioperkan. Kondisi ini akan bertambah sulit jika di kaitkan dengan karakteristik cara memainkan bola voli yang berbeda dengan permainan bola lainnya, yaitu bola harus dipantulkan, tidak boleh ditangkap atau tertahan. Oleh sebab itu, prinsip utama untuk memainkan bola yang sulit, adalah bola melambung ke atas, sehingga selanjutnya teman seregu mudah untuk memainkannya kembali.

2.15.2 Keterampilan Dasar Memukul Bola

Keterampilan ini lebih banyak digunakan untuk mematikan bola di pihak lawan. Ciri utama bola yang dipukul adalah keras, cepat, kadangkala arahnyasulit diprediksi, dan kadangkala digunakan gerak tipuan. Untuk memukul bola, biasanya menggunakan tangan, dan bola yang dipukul haras berada di atas ketinggian kepala. Gerak memukul dapat dilakukan dengan cara berdiri atau meloncat. Dalam suasana permainan, prinsip bola yang dipukul ke bidang lapangan lawan harus mematikan, atau minimal harus menyulitkan, sehingga lawan tidak dapat mempersiapkan serangan balik secara sempurna. Pukulan bola yang dapat menyulitkan lawan adalah bola yang dipukul dengan keras, diarahkan ke tempat yang kosong, ke pemain yang lemah, ke antara dua pemain, ke sisi-sisi lapangan, ke daerah atau ke pemain terdekat dengan bola yang dipukul, bola dipukul dengan cara tertentu sehingga bola berjalan secara mengambang atau *floating*, atau dengan menggunakan gerak tipuan. Keterampilan memukul bola dalam permainan bola voli banyak ditampilkan pada saat servis, *spike*, atau saat bola akan diseberangkan ke bidang lapangan lawar.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Gerak dasar yang harus dimiliki oleh pemain agar dapat memukul bola adalah, Pertama, dapat bergerak ke arah jatuhnya bola atau bergerak ke bawah arah jatuhnya bola. Kedua, dapat mengantisipasi kecepatan dan perubahan arah bola yang datang, sehingga waktu bergerak pertama atau timing memukul dapat dilakukan dengan tepat.

2.15.3 Keterampilan Dasar Membendung Bola

Keterampilan ini sering dilakukan dalam usaha menghadang bola hasil pukulan (*spike*) lawan di atas dekat net. Keterampilan ini sangat penting dimiliki setiap pemain, karena dalam permainan bola voli modern, kecepatan dan arah bola hasil pukulan *spiker* sudah terlalu sulit untuk dapat diprediksi oleh pemain bertahan. Tanpa ada bendungan para pemain bertahan sangat sulit untuk mempersiapkan cara memainkan bola hasil pukulan *spiker* lawan secara sempurna. Keterampilan membendung ini jika dilakukan dengan baik akan merupakan taktik pertahanan dan sekaligus merupakan serangan balik yang paling efektif dan efisien. *Spike* yang terbendung dengan baik jarang sekali dapat dikembalikan, atau paling tidak sulit untuk dimainkan kembali. sehingga regu penyerang sulit melakukan persiapan serangan balik berikutnya secara sempurna. Begitu juga jika bola terbendung dengan sempurna, dengan tanpa melibatkan energi pemain lain, angka sudah dapat diraih. Cara membendung yang baik adalah dengan cara menjulurkan kedua lengan ke atas dekat net setinggi mungkin membentuk setengah lingkaran menutup arah bola yang dipukul lawan, otot-otot di sekitar perut, bahu, lengan, dan jari-jari tangan ditegangkan. (Permainan Besar Bola Voli dan Sepak bola, Toto Subroto dkk, 2007. halaman 2.5-2.13)

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.16 Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli. Walaupun begitu, permainan bola voli sangat cepat berkembang dan merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di Indonesia sesudah cabang olahraga sepak bola dan bulutangkis.

Kepopuleran olahraga ini tampak dari sarana lapangan yang ada di perdesaan maupun perkotaan, serta berbagai kegiatan yang diselenggarakan dalam kejuaraan antarsekolah, antarinstansi, antarperusahaan, dan lain-lain.

Dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai.Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, *passing* bawah*, passing* atas, *block*, dan *smash*.

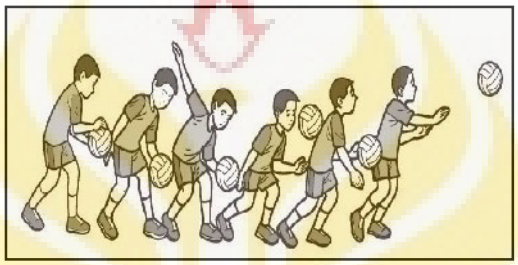
2.16.1 Servis

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan.Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Karena pukulan servis berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan servis harus :

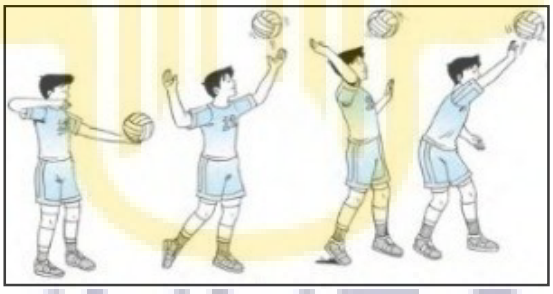
- Meyakinkan
- Terarah
- Keras
- Menyulitkan lawan

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli, diantaranya servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), servis topspin, dan servis loncat (*jump service*).Yang pasti, prioritas dalam servis adalah menyeberangkan bila melewati net setiap kali servis.



Gambar 4 Tahapan Melakukan *Servis* Bawah



Gambar 5 Tahapan Melakukan *Servis* Atas

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.16.2 *Passing*

Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bila yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Set-up atau umpan adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan menggunakan suatu teknik tertentu yang dimiliki tujuan menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman seregu yang selanjutnya dapat

melakukan serangan (*smash*) terhadap regu lawan. Dalam permainan bola voli, *passing* dapat dilakukan dengan cara *passing* bawah dan *passing* atas.

a. *Passing* Bawah

Memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting. Kegunaan teknik lengan bawah antara lain:

- untuk penerimaan bola servis
- untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan/*smash*
- untuk pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net
- untuk menyelamatkan bila yang kadang-kadang terpental jauh dari luar lapangan.
- Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Adapun teknik passing bawah adalah sebagai berikut:

1) Persiapan
   a) Bergerak kea rah datangnya bola dan atur posisi tubuh.
   b) Genggam jemari tangan.
   c) Kaki dalam posisi merenggang dengan santai, bahu terbuka lebar.
   d) Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
   e) Bentuk landasan dengan lengan.
   f) Sikut terkunci.
   g) Lengan sejajar dengan paha.
   h) Pinggang lurus.
   i) Pandangan kearah bola.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2) Pelaksanaan

a) Terima bola dari depan badan.

b) Kaki sedikit diulurkan.

c) Berat badan dialihkan ke depan.

d) Pukullah bola jauh dari badan.

e) Pinggul bergerak ke depan.

f) Perhatikan bola saat menyentuh lengan. Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas antara pergelangan tangan dan siku.

3) Gerakan lanjutan

a) Jari tangan tetap digenggam.

b) Sikut tetap terkunci.

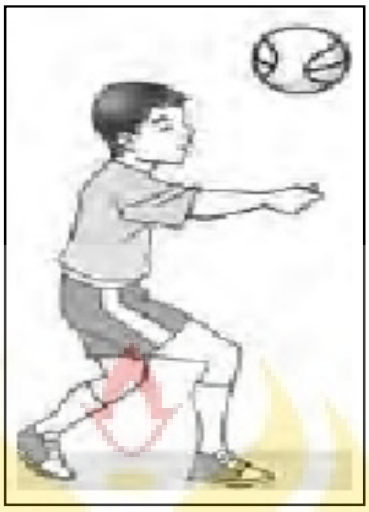
c) Landasan mengikuti bola ke sasaran.

d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.

e) Perhatikan bola bergerak ke sasaran.

Di dalam permainan bola voli, memainkan bila dengan teknik passing bawah ada kalanya harus dilakukan dengan satu tangan, yang mana posisi bola tidak memungkinkan untuk dipassing dengan dua tangan. Dalam hal ini, biasanya, bola jatuh jauh dari posisi pemain baik disamping atau di depan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG



Gambar 6 Melakukan *Passing* Bawah

b. *Passing* Atas

Cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sudut antara siku dan badan ± 45^0. Bola disentuhkan dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan. Sikap pergelangan tangan dan jari-jari tidak berubah.

1) Persiapan

a) Bergerak kea rah datangnya bola, tepat di bawahnya.

b) Siapkan posisi.

c) Bagu sejajar sasaran.

d) Kaki merenggang santai.

e) Bengkokkan sedikit lengan, kaki dan pinggul.

f) Tahan tangan 6 atau 8 inci di depan pelipis.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

g) Tahan tanhan di depan pelipis.

h) Melihat melalui “jendela” yang dibentuk tangan.

i) Ikuti bola ke sasaran.

2) Pelaksanaan

a) Terima bola pada bagian belakang bawah.

b) Terima dengan dua persendian teratas dari jari dan ibu jari.

c) Luruskan lengan dan kaki ke arah sasaran.

d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.

e) Arahkan bola sesuai ketinggian yang diinginkan.

f) Arahkan bola ke garis pinggir atau ke tangan penyerang

3) Gerakan lanjutan

a) Luruskan tangan sepenuhnya

b) Arahkan bola ke sasaran

c) Pinggul bergerak maju ke arah sasaran.

d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.

e) Bergerak ke arah umpan.

Gambar 7 Melakukan *Passing* Atas

c. Teknik *Set Up* (Umpan)

Set Up adalah pemberian umpan kepada teman seregu untuk melakukan serangan. *Set up* ditinjau dari penggunaan tekniknya dapat menggunakan salah satu teknik passing.

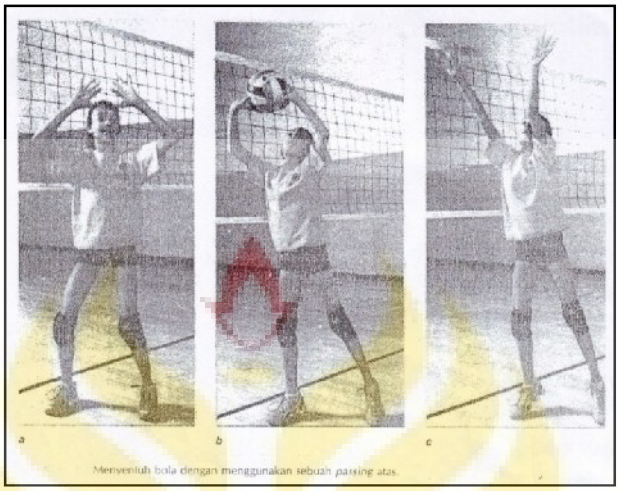
Pada umumnya *set up* yang banyak dipakai dalam suatu permainan adalah dengan teknik passing atas. Sesuai dengan pengertiannya, mengumpan berarti menyajikan bola kepada teman seregu yang selanjutnya diharapkan akan dapat dipergunakan untuk menyerang ke lapangan lawan. Karena pada umumnya pengertian menyerang dalam permainan bola voli adalah dengan *smash*, maka pengumpan adalah menyajikan bola untuk dapat di*smash*. Men*set-up* harus memenuhi beberapa persyaratan agar hasilnya dapat dismash dengan baik dan berhasil. Adapun persyaratan itu adalah sebagai berikut:

1) Bola harus melambung dengan tenang di daerah serang lapangan sendiri.
2) Bola harus berada di atas jaring dengan ketinggian yang cukup, agar dapat dismash oleh smasher.
3) Jarak bola dari jaring sejauh antara 20 sampai 50 cm, terkecuali serangan dari belakang.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Pelaksanaan *set-up* baik dalam sikap permulaan, sikap saat perkenaan, dan sikap akhir seperti sikap passing atas. *Set-up* hendaknya bervariasi agar lawan sulit untuk mengadakan antisipasi dan tidak dapat mempertahankan serangan-serangan yang dilancarkan. Sikap siap seorang pengumpan/*set upper* agar mudah mengarahkan bola ke depan atau ke belakang tanpa mudah diketahui sebelumnya

oleh lawan adalah badan tidak membungkuk, tetapi tegak dengan dada dibusungkan.



Gambar 8 Melakukan *Set Up* (Umpan)

2.16.3 *Blocking* (Bendungan)

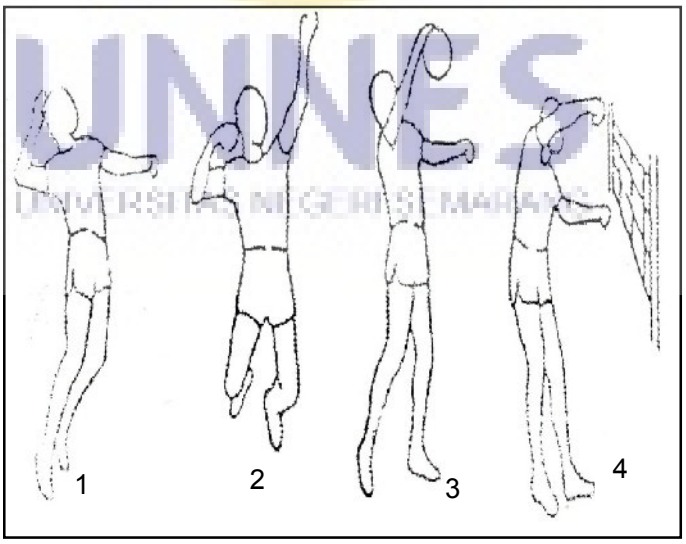
Block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukanlah merupakan suatu teknik yang sulit. Namun, persentase keberhasilan suatu *block* relatif kecil karena arah bila smash yang akan diblok, dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan *block* ditentukan oleh ketinggian loncatan dan jangkauan tangan pada pola yang sedang dipukul lawanb. *Block* dapat dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (saat melakukan block tangan digerakkan ke kanan maupun ke kiri) atau juga pasif (tangan pemain hanya dijulurkan ke atas tanpa digerakkan). *Block* dapat dilakukan oleh satu, dua atau tiga pemain.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Gambar 9 Melakukan *Blocking* (Bendungan)

2.16.4 *Smash*

Pukulan keras atau *smash*, disebut juga *spike*, merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pukulan *smash* banyak macam dan variasinya. *Smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, jalannya bola menukik. (Drs. Nurul Ahmadi, 20-31).

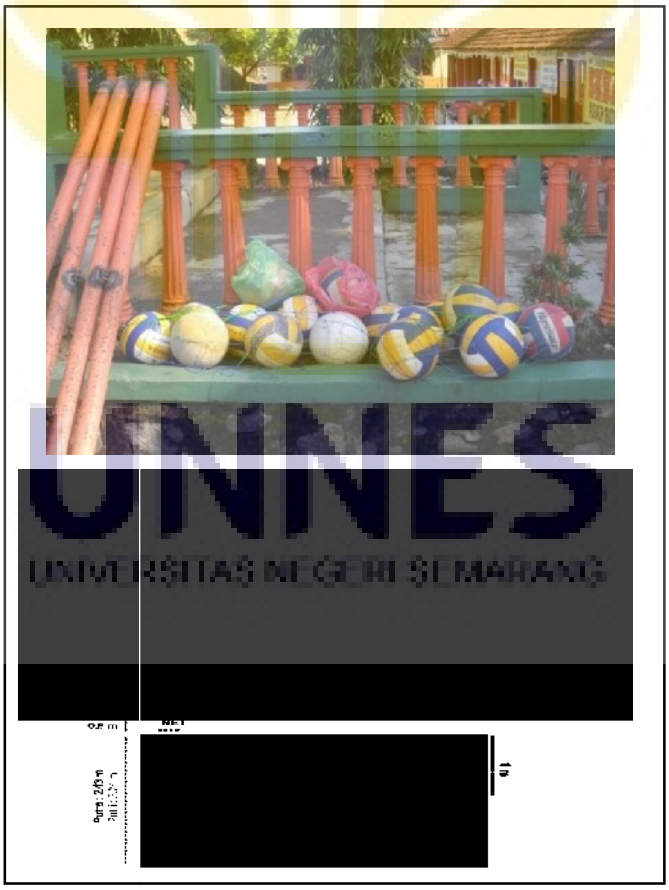


Gambar 10 Pentahapan Melakukan *Smash*

2.17 Sarana dan Prasarana

Jumlah siswa 29 anak sangat menunjang untuk penelitian Peningkatan Hasil Belajar Permainan Bola Voli Mini Melalui Pendekatan Saintifik Pada Siswa Kelas V SD Negeri Kalirejo 1 sehingga siswa dapat melakukan dengan penuh senang dan percaya diri. Sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah adalah

- Lapangan bola voli ukuran 6.10 m x 13.40 m. dengan tinggi net 2.20 m
- Bola tersedia 10 bola
- Lantai dari paving
- Lingkungan terjaga keselamatan anak dan keselamatan bola
- Cuaca mendukung karena terlindung oleh pepohonan dan tembok



Gambar 11 Sarana dan Prasarana Bola Voli

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2.18 Pengertian PAKEM

PAKEM adalah singkatan dari Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan. Aktif dimaksudkan bahwa dalam proses pembelajaran guru harus menciptakan suasana sedemikian rupa sehingga siswa aktif bertanya, mempertanyakan, dan mengemukakan gagasan. Belajar memang merupakan suatu proses aktif dari si pembelajar dalam membangun pengetahuannya, bukan proses pasif yang hanya menerima kucuran ceramah guru tentang pengetahuan. Jika pembelajaran tidak memberikan kesempatan kepada siswa untuk berperan aktif, maka pembelajaran tersebut bertentangan dengan hakikat belajar.

Peran aktif dari siswa sangat penting dalam rangka pembentukan generasi yang kreatif. Selain itu, juga mampu menghasilkan sesuatu untuk kepentingan dirinya dan orang lain. Kreatif juga dimaksudkan agar guru menciptakan kegiatan belajar yang beragam sehingga memenuhi berbagai tingkat kemampuan siswa.

Menyenangkan adalah suasana belajar mengajar yangmenyenangkan sehingga siswa memusatkan perhatiannya secara penuh pada belajar sehingga waktu curah perhatiannya ("*time on task*") tinggi. Menurut hasil penelitian, tingginya waktu curah perhatian terbukti meningkatkan basil belajar. Keadaan aktif dan menyenangkan tidaklah cukup jika proses pembelajaran tidak efektif, yaitu tidak menghasilkan apa yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran berlangsung, sebab pembelajaran memiliki sejumlah tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Jika pembelajaran hanya aktif dan menyenangkan tetapi tidak efektif, maka pembelaJaran tersebut tak ubahnya sepertl berillain biasa.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Secara garis besar, PAKEM dapat digambarkan sebagai berikut :

1. Siswa terlibat dalam berbagai kegiatan yang mengembangkan pemahaman dan kemampuan mereka dengan penekanan pada belajar melalui berbuat.
2. Guru menggunakan berbagai alat bantu dan berbagai cara dalam membangkitkan semangat, termasuk menggunakan lingkungan sebagai sumber belajar untuk menjadikan pembelajaran menarik, menyenangkan, dan cocok bagi siswa.
3. Guru mengatur kelas dengan memajang buku-buku dan bahan belajar yang lebih menarik dan menyediakan “pojok baca”.
4. Guru menerapkan cara mengajar yang lebih kooperatif dan interaktif, termasuk cara belajar kelompok.,
5. Guru mendorong siswa untuk menemukan caranya sendiri dalam pemecahan suatu masalah, untuk mengungkapkan gagasannya, dan melibatkan siswa dalam dalam menciptakan lingkungan sekolahnya.

2.19 Metode Pembelajaran Bola Voli Mini

Di dalam proses pembelajaran bola voli mini seorang guru harus mampu mengantarkan siswanya mengikuti secara aktif serta bermodifikasi untuk belajar dengan cara atau metode untuk tujuan pendidikan (Machifud Irsada, 2000: 28).

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Agar metode pembelajaran bola voli mini dalam mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar dapat dipilih secara tepat hendaknya memperhatikan

(1) materi yang sesuai untuk perkembangan siswa,

(2) aspek dan tuntutan yang ditekankan untuk perkembangan siswa,

(3) penyusunan materi pembelajaran,

(4) Penyajian materi pembelajaran,

(5) perencanaan situasi belajar,

(6) keterlibatan materi pelajaran dengan para siswa.

Pendidikan olahraga bola voli mini yang merupakan bagian dari mata rantai pendidikan jasmani, bila dikategorikan, maka olahraga bola voli mini masuk ke dalam pendidikan olahraga yang bercirikan permainan, di dalamnya mengandung unsur keterampilan gerak yang berupa teknik-teknik, kebugaran fisik, dan unsur kerja sama di antara feman seregunya. Hal-hal yang berkaitan pada keterampilan gerak dalam bola voli mini sudah menjadi obyek dalam setiap pembelajaran pendidikan bola voli mini. Demikian pula yang berkaitan dengan unsur-unsur kebugaran fisik dalam setiap suasana pembelajaran, oleh karena upaya pembelajaran keterampilan bola voli mini akan selalu beriringan dengan upaya peningkatan kebugaran fisik.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Melalui penerapan pendekatan saintifik dapat meningkatkan hasil belajar permainan bola voli mini pada siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang Tahun Pelajaran 2015/2016 ditandai dengan meningkatnya ketuntasan nilai hasil belajar. Hal ini sejalan dengan hasil data temuan yang diperoleh peneliti pada kondisi awal pra siklus ke siklus I sampai siklus II. Presentase nilai ketuntasan hasil belajar siswa kelas V SD Negeri Kalirejo 1 pada kondisi pra siklus sebesar (21 %) atau sejumlah 6 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dari 28 siswa keseluruhan, kemudian pada siklus I terjadi peningkatan sebesar (64%) atau sejumlah 18 siswa dan pada akhir siklus II meningkat sebesar (86%) atau sejumlah 24 siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sehingga peningkatan dari kondisi awal pra siklus hingga akhir siklus II sebesar (65%). Hal ini sejalan dengan adanya perubahan perilaku peserta didik yang menunjukkan keaktifan dalam mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Penerapan pembelajaran melalui permainan yang bersifat tantangan berbentuk perlombaan akan berdampak dalam menumbuhkan minat, meningkatkan kepercayaan diri siswa, meningkatkan kemampuan motorik anak.

Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung dari pihak guru maupun siswa serta metode pembelajaran yang digunakan.

Kemampuan guru dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, mengelola kelas, metode yang digunakan dalam proses pembelajaran, serta

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

teknik yang digunakan guru sebagai sarana untuk menyampaikan materi perlu diperhatikan. Faktor dari siswa yaitu, minat dan motivasi dalam mengikuti proses pembelajaran, ketersediaan alat/media pembelajaran yang menarik dapat membantu siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang efektif, efisien dan optimal.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Guru hendaknya lebih inovatif dan kreatif dalam menggunakan model pembelajaran
2. Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat meningkat.
3. Guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritik agar dapat memperbaiki kualitas mengajarnya.
4. Setiap guru penjas yang mengajar di SD Kalirejo 1 dapat menjadikan pendekatan saintifik sebagai alternatif dalam pembelajaran bola voli mini.
5. Bedasarkan kesimpulan yang telah disampaikan diterahui bahwa pendekatan saintifik mampu meningkatkan minat kemampuan hasil belajar permainan bola voli mini kelas V SD Negeri Kalirejo 1 Tahun Pelajaran 2015/2016 sehingga pendekatan saintifik menjadikan alternatif pilihan dalam pembelajaran guru penjasorkes.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

DAFTAR PUSTAKA

Bambang Sudibyo, 2006. *Standar Isi*. Jakarta: Meteri Pendidikan Nasional

Dadan Heryana, Giri Verianti, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk Siswa SD-MI Kelas 5*, Jakarta. CV Putra Nugraha.

Dr. H. Dadang Yudhistira, Drs., S.H., M.P.. 2013. *Menulis Penelitian Tindakan Kelas Yang Apik*, Jakarta: PT Gramedia.

Dra Siti Safariatun, M.Pd..2008. *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*, Jakarta: Universitas Terbuka.

Drs. Aip Syarifudin, MP., 1990. *Belajar Aktif Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta: PT Grasido.

Drs. Nuril Ahmadi. 2001. *Panduan Olahraga Bola Voli*, Yogyakarta. Era Pustaka Utama.

Isriani Hardini, S.S, M.A, Dewi Puspitasari, M. Pd.. 2012. *Strategi Pembelajaran Terpadu(Teori, Konsep dan Implementasi),* Yogyakarta: Familia.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014. *Dokumen Kurikulum 2013 Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah*, Jakarta: Badan Pengembangan Sumber Daya Manusia Pendidikan dan Kebudayaan dan Penjaminan Mutu Pendidikan

Muhammad Muhyi Faruq, S. Pd. M. Pd., 2009. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*, Surabaya. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.

Munafisah. 2008. *Bermain Bola Voli*, Demak: CV Aneka Ilmu.

Purwanto. 2008. *Evalusi Hasil Belajar*, Surakarta: Pustaka Pelajar.

Samsudin, 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*, Jakarta: LITERA.

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes*, Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Sutrisno, S. Pd., 2009. *Mempersiapkan Permainan Voli Berprestasi*, Klaten. PT Musi Perkasa Utama.

Zaenal Aqib. 2013. *Model-model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*, Bandung: Yrama Widya.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG