

BAB II

PEMBELAJARAN SMASH PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN

A. Deskripsi Teoritik Variabel

1. Permainan Bola Voli

a. Sejarah Permainan Bola Voli

Olahraga permainan bolavoli merupakan hasil penemuan seorang pendidik jasmani bernama William G.Morgan pada tanggal 9 Februari 1895 di YMCA (sebuah wadah pemuda umat kristen) di Springfield, Massachusetts, Amerika Serikat. Pria yang lahir pada tahun 1870 ini menciptakan sebuah permainan bola dengan menggunakan tangan, bernama *mintonette*, yang mengadopsi dari empat jenis olahraga permainan, yaitu *baseball*, tenis, bola basket, dan bola tangan.

Hingga pada tahun 1896, *mintonette* berubah nama menjadi *volleyball* atau bola voli. Pada tahun tersebut, seorang doktor bernama Luther Halsey G. mengundang dan meminta Morgan untuk memperlihatkan permainan baru yang diciptakan. Dalam acara tersebut, Morgan juga mengajak dua tim yang masing-masing terdiri atas lima orang anggota. Morgan memberikan penjelasan bahwa permainan tersebut dapat dimainkan di dua tempat, dilapangan terbuka dan ruangan tertutup. Tujuan dari permainan ini adalah mempertahankan bola dengan cara melewati net berusaha agar bola tidak sampai jatuh ke lantai.

Bola voli Dio limpiade berawal dari olimpiade yang diselenggarakan di Paris tahun 1924. Dalam ajang itu, cabang olahraga ini hanya dijadikan sebagai olahraga demonstrasi oleh Amerika. Hingga pada akhirnya, pada tahun 1957, IOC mengadakan sebuah sidang untuk memperjuangkan cabang olahraga bolavoli. Sidang ini berjalan sukses dan bolavoli masuk dalam daftar olahraga yang dipertandingkan di Olimpiade. Tepat pada Olimpiade tahun 1964 yang

diselenggarakan di Jepang, cabang olahraga bolavoli kembali hadir dan mencapai masa jayanya.

b. Sarana dan Prasarana Permainan Bola Voli

Lapangan permainan bolavoli memiliki panjang 18 meter dan lebar 9 meter termasuk garis-garis batas lapangan yang lebarnya 5 cm dan mudah dilihat. Permukaannya harus datar dan horizontal, dikelilingi daerah bebas minimal 3 meter dari garis batas dan ruang bebas dari rintangan sampai ketinggian minimal 7 meter dari permukaan lapangan permainan. Garis tengah terletak di bawah net yang membagi lapangan menjadi dua bidang yang masing-masing 9 m x 9 m.

Jaring berukuran panjang 9,50 m dan lebar 1 m. Lobang-lobang jaring berbentuk bujursangkar dengan ukuran 10 x 10 cm, warna jaring adalah hitam. Jaring dipasang vertikal di atas poros garis tengah yang diikatkan pada dua buah tiang oleh bagian bawah net (tidak dengan pita) terdapat tali yang dimasukkan pada net untuk menegangkan net, supaya tidak kendur. Tinggi *net* putra 2,43 m dan putri 2,24 m.

Tiang net sebagai penunjang, bentuknya harus bulat dan licin, dengan ketinggian 2,55 m dari permukaan lapangan. Dan juga pula terdapat Antena. Antena adalah tongkat yang terbuat *fiber glass* sepanjang 1,80 m dengan garis tengah 10 cm. Antena tersebut harus dibuat warna yang selang seling secara kontras misalnya merah putih atau hitam putih. Antena ditempatkan pada sebelah luar dari setiap pita samping dan merupakan batas net. Antena ditempatkan menjulur melewati atas net sepanjang 80 cm.

Bola harus terbuat dari bahan lunak (lentur, bentuknya harus bulat, bagian dalam tersebut dari bahan karet atau sejenisnya, bagian luar terbuat dari kulit). Berwarna terang, keliling bola antara 65 sampai 67 cm, beratnya antara 260 sampai 280 gram dengan tekanan udara dalamnya antara 0,40 sampai 0,45 kg/cm². Pada permainan bolavoli jumlah pemain masing-masing regu tidak boleh kurang dari 6

orang. Susunan regu yang lengkap termasuk pengganti adalah tidak boleh lebih dari 12 orang.

c. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Menurut Sukintaka dkk. (1979:28), “Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli.” Pendapat senada dikemukakan juga oleh M. Yunus (1992: 68) yang mengatakan bahwa teknik adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien.

Menurut A. Sarumpaet dkk. (1992: 87), “Teknik adalah suatu proses melahirkan dan pembuktian dalam praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bola voli.”

Dalam bolavoli terdapat beberapa teknik dasar yang dapat dipelajari, di antaranya *servis*, *passing*, *smash*, dan *blocking*. *Servis* dilakukan sebagai awal jalannya permainan. Kadang teknik ini dijadikan ajang

untuk memperlihatkan kemampuan pemain secara individual dalam hal kemampuan melakukan pukulan melewati jaring atau net. Tidak jarang serangan awal ini menjadi sajian tontonan olahraga yang menarik karena aksi *servis* yang dilakukan pemain yang melakukan teknik *servis* yang diawali dengan gerakan melompat.

Teknik dasar *passing* terdiri atas dua jenis, yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. Teknik *passing* atas adalah memukul bola dengan menggerakkan tangan ke atas, Mikanda Rahmani (2014:115). Beberapa tahap gerakan yang dilakukan adalah posisi badan sedikit jongkok dengan lutut agak ditekuk. Persiapkan jari-jari tangan terbuka dan membentuk seperti sebuah mangkok besar serta ibu jari dan jari telunjuk berdekatan, sehingga membentuk sebuah segitiga tenaga, yaitu pada saat tangan diluruskan ke arah atas dengan dibantu tolakan kaki sebagai tenaga tambahan. Teknik *passing* bawah adalah memukul bola

dari arah bawah, dengan tahap gerakan dimulai dari posisi tubuh yang sedikit diturunkan, lutut agak ditekuk, dan posisi kedua tangan dirapatkan. Pada saat memukul bola tenaga yang dikeluarkan dapat disesuaikan dengan kebutuhan.

Smash merupakan teknik memukul bola dengan sangat keras dan terarah. Teknik ini biasanya untuk menyerang dan mematikan lawan dengan melesatkan bola hingga jatuh tepat di atas daerah lawan yang kosong. Pukulan yang dilakukan dengan sangat keras ini biasanya dilakukan bersamaan dengan gerakan lompatan yang cukup tinggi hingga tangan melebihi ketinggian net.

Teknik *blocking* dikenal dengan teknik membendung bola. Teknik ini bertujuan untuk menghalau bola di dekat net sebelum bola tersebut masuk ke daerah serang dan jatuh di atasnya. Teknik ini digunakan untuk melakukan pertahanan dari serangan lawan.

d. Teknik Dasar *smash* Permainan Bola Voli

Smash atau spike adalah gerakan memukul bola yang dilakukan dengan kuat dan keras serta jalannya bola cepat, tajam dan menukik serta sulit diterima lawan apabila pukulan itu dilakukan dengan cepat dan tepat. (Aip Syarifuddin, 1997 : 58). Pada teknik smash inilah letak seninya permainan bola voli, apabila pemain hendak memenangkan pertandingan maka mau tidak mau mereka harus menguasai teknik smash. Pemain yang pandai melakukan smash atau dengan istilah smasher harus memiliki kelincahan, daya ledak, timing yang tepat dan mempunyai kemampuan memukul bola yang sempurna. Pemain bola voli akan dapat melakukan berbagai variasi smash apabila pemain tersebut menguasai teknik dasar smash secara baik dan benar. Ada empat macam Smash dalam permainan bola voli yaitu :

1) Open *Smash*

Open Smash dianggap sebagai normal smash dengan ketinggian umpan lebih dari 2 (dua) meter dan merupakan dasar latihan

smash. Open smash bertujuan untuk mempermudah melakukan penyerangan dari pingir lapangan dan serangan bola menyilang.

2) Semi Smash

Semi Smash adalah jenis smash dengan tinggi umpan sekitar 1-2 meter di atas bibir net. Proses semi smash mirip dengan open smash, tetapi berbeda dengan ketinggian umpan. Hal itu berpengaruh pada timing mengambil langkah awalan.

3) Quick Smash

Quick Smash dalam permainan bola voli adalah smash yang mengandalkan kecepatan dan mendadak. Ketinggian umpan toser ke Smasher tidak lebih dari satu meter di atas bibir net. Sikap pemula pada dasarnya tidak berbeda dengan sikap awal pada tipe smash yang lain.

4) Back Attack

Back attack dalam bola voli adalah serangan dari garis belakang. Smash dari belakang dilakukan sebagai variasi serangan untuk menghindari block yang kuat. Sikap pemula, smasher berdiri jauh dibelakang daerah serang. Kemudian umpan diberikan jauh dari net dan mendekati garis serang.

Menurut Bonnie Robinson (1985), yaitu: “smash adalah memukul bola kebawah dengan kekuatan keras”. Selanjutnya Roesdiyanto (1985), menjelaskan bahwa smash adalah: “suatu teknik melakukan serangan terhadap regu lawan dengan melakukan pukulan diatas net”.

Dari kedua teori diatas dapat disimpulkan bahwa smash dalam permainan bola voli merupakan suatu teknik penguasaan bola yang berfungsi sebagai teknik penyerangan ke daerah lawan, dan secara umum smash dilakukan dengan cara melakukan lompatan yang dilanjutkan dengan pukulan terhadap bola hasil umpan seorang teman(tosser).

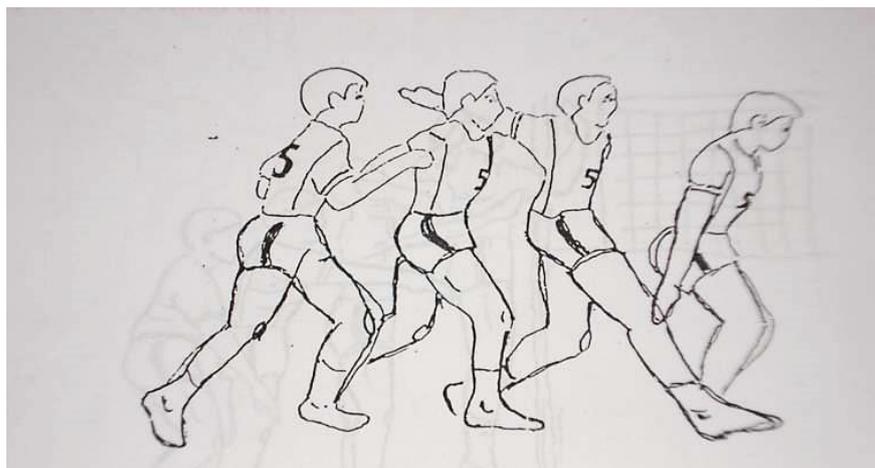
e. Pembelajaran Teknik Dasar *Smash* Bola Voli

1) Awalan

Setelah bola yang di umpan mencapai titik tertinggi, mulailah langkah awalan ke arah bola. Awalan ini untuk menambah tinggi loncatan ke atas, menentukan tempat yang tepat untuk menolak ke atas, dan penyesuaian jarak smasher dengan bola.

Awalan dilakukan tiga langkah dengan irama dari lambat ke cepat. Langkah terakhir merupakan lompatan kecil dua kaki diteruskan meloncat ke atas secara kontinue dan tidak boleh terputus. Arah dan kecepatan ditentukan oleh letak, kecepatan, parabol jalannya bola. Smasher yang tidak kidal awalan dimulai dari langkah kiri. Kedua lengan saat melakukan awalan diayunkan secara wajar untuk menjaga keseimbangan badan. Pada saat langkah kaki kanan, kedua lengan diayunkan ke belakang, sedikit membengkok dan agak di putar ke kanan, kemudian segera disusul dengan cepat oleh kaki kiri yang letaknya sedikit di depan kaki kanan.

Jarak antara dua kaki berkisar antara 30-40 cm. Mungkin besar tenaga awalan, letak kaki kiri makin di depan kaki kanan untuk membebani gerakan di depan badan dan mengubah gerakan horizontal ke vertikal.



Gambar 2.1 Awal Gerakan *Smash* Permainan Bola Voli

Sumber : (M. Yunus, 1992 : 113)

2) Tolakan

Setelah menumpu dua kaki, badan merendah, lutut ditekuk bersudut antara 90-108, kedua lengan terletak di samping belakang badan, segerakan kedua kaki menolak ke atas secara eksplosif dengan bantuan ayunan kedua lengan dari arah belakang ke depan atas

Sebelum meloncat, badan diputar sedikit ke arah tangan pemukul agar tangan pemukul mempunyai amplitudo. gerakan sendi bahu dalam ayunan yang besar dan luas.

Pada saat meloncat, pinggang diluruskan, dada ke depan sehingga badan membuat busur untuk menambah lentingan dan lecutan pada saat mencabuk bola.



Gambar 2.2 Tolak Gerak *Smash* Permainan Bola Voli

Sumber : (M. Yunus, 1992 : 114)

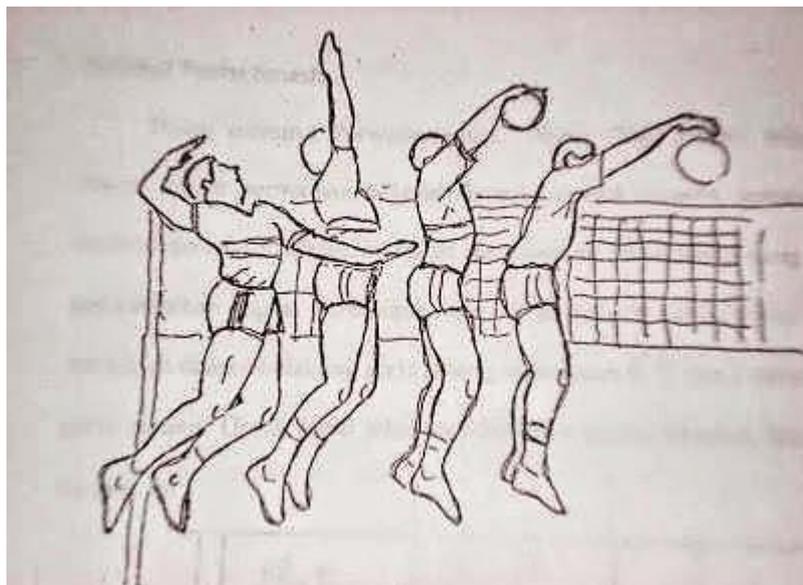
3) Sikap saat di udara

Perlu diperhatikan, setelah kaki menolak ke atas maka kedua kaki dalam keadaan rileks. Tangan pemukul berada disamping atas, kepala agak ke belakang dalam keadaan rileks siap untuk mencabuk bola. Siku tangan pemukul di atas samping telinga dan agak ditekuk sedikit. Tangan kiri diangkat di depan atas samping kepala untuk menjaga keseimbangan badan selama melayang di

udara. Sikap pada saat di udara diusahakan sedemikian rupa bola berada di depan atas smash dengan jari-jari sejangkauan lengan pemukul. Segeralah tangan dibentuk pada bola bagian atas belakang dengan pola aktif.

Lecutan diusahakan setinggi dan secepat mungkin. Lecutan lengan yang berpangkal di sendi bahu dan yang lebih aktif di siku dan polsipun ditambah putaran badan ke kanan sedikit yang dapat menambah amplitude ayunan lengan, mengakibatkan tenaga lecut lengan menjadi lebih besar. Perkenaan bola dengan tapak tangan yang berbentuk cekungan pada bagian atas belakang bola disusul gerakan pola yang aktif.

Pukulan yang betul mengakibatkan bola top spin, secara secepatnya bergerak menurun. hasil pukulan akan lebih baik lagi jika lecutan lengan diikuti membungkukkan badan, sendi siku dan pola aktif dalam proses melecut. Gerakan lecutan tangan, pola, dan badan lurus ialah kesatuan gerakan yang selaras, utuh, terkoordinir, sehingga menghasilkan power. Lengan pemukul saat perkenaan bola dalam melecut membuat sudut 45° dengan garis horizontal tanah.

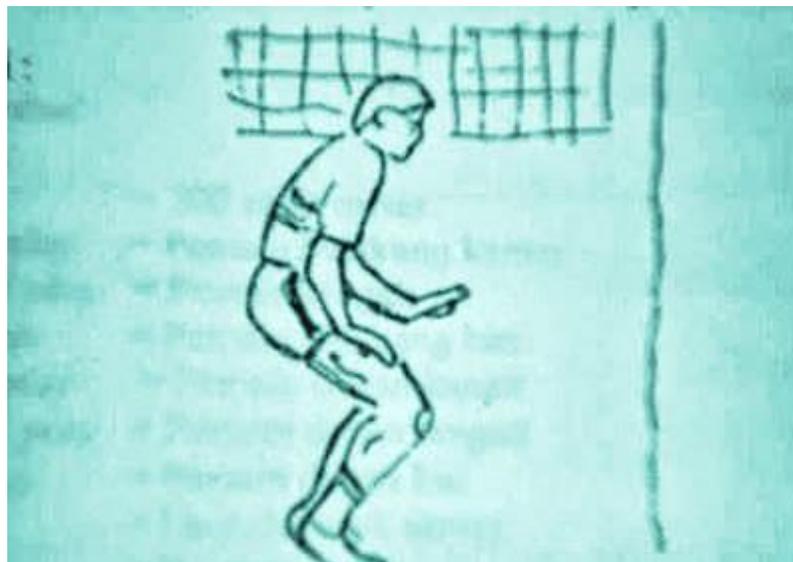


Gambar 2.3 Loncat Gerak *Smash* Permainan Bola Voli

Sumber : (M. Yunus, 1992 : 115)

4) Sikap akhir / mendarat

Setelah bola berhasil di pukul, maka smasher akan segera mendarat kembali ke tanah. Perlu diperhatikan bahwa saat mendarat harus dengan dua kaki dan dalam keadaan lentur atau mengeper. Tempat mendarat diusahakan sedekat mungkin / pada tempat melakukan tolakan. Smasher segera mengambil sikap normal untuk memainkan bola kembali setelah mendarat.



Gambar 2.4 Akhir Gerak *Smash* Permainan Bola Voli

Sumber : (M. Yunus, 1992 : 116)

B. Kajian yang Relevan

1. Nama : Andri William Nakmanas Abineno
- Nim : 420900242
- Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Pembelajaran Smash Permainan Bola Voli Menggunakan Modifikasi Alat Pada Siswa Kelas VIII A Menengah Pertama Negeri 2 Tayan Hulu Kabupaten Sanggau
- Kesimpulan : Peningkatan keterampilan pembelajaran smash dalam permainan bola voli dengan menggunakan modifikasi alat pada siswa kelas VIII A SMP N 2 Tayan hulu

Kabupaten Sanggau berjalan secara baik dan benar serta mencapai hasil penelitian yang diinginkan sehingga refleksi dari hasil peningkatan keterampilan pembelajaran smash dalam permainan bola voli dengan menggunakan alat modifikasi pada siswa VIII A SMP N 2 Tayan hulu.

C. Modifikasi Media Pembelajaran

Rusli Lutan (1988) menyatakan bahwa “Modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi dan dapat melakukan pola gerak secara benar”. Pendekatan ini dimaksudkan agar materi dapat disajikan sesuai dengan tahapan perkembangan siswa, baik dari segi kognitif, afektif dan psikomotor sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai.

Modifikasi digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan dengan berbagai pertimbangan. Seperti yang dikemukakan oleh Ngasmain Soepartono (1997) bahwa alasan utama perlunya modifikasi adalah : 1). Anak bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil, kematangan fisik dan mental anak belum selengkap orang dewasa, 2). Pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani selama ini kurang efektif, hanya bersifat lateral dan monoton, 3). Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani yang ada sekarang, hampir semuanya di desain untuk orang dewasa.

Sedangkan Aussie (1996) mengembangkan modifikasi di Australia dengan pertimbangan 1). Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa, 2). Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak, 3). Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibandingkan dengan peralatan yang standart untuk orang dewasa, 4).

Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak.

Beberapa komponen yang dapat dimodifikasi sebagai pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani diantaranya adalah ;1). Ukuran, berat atau bentuk peralatan yang digunakan, 2).Lapangan permainan, 3).Waktu bermain atau lamanya permainan, 4).Peraturan permainan dan 5). Jumlah pemain (Aussie : 1996).

Jadi peneliti akan melakukan penelitian melalui modifikasi bola dimana bola standar di modifikasi dengan kantong plastik yang dikumpul sehingga membentuk bola sebear bola kasti dan di beri ekor,net standar yang sedikit direndahkan, dan lapangan standar yang dikecilkan pada pembelajaran *smash* bola voli siswa kelas VIII SMP N 1 Suhaid.

D. Pengertian Modifikasi

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu yang baru, unik, dan menarik. Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau untuk menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik dan menarik.

Perkembangan dan karakteristik siswa serta kemampuan memodifikasi dan melakukan pedektan dalam proses pelajaran untuk dapat melakukan gerak dasar dengan baik, siswa perlu bimbingan dan latihan, karena sebagian besar kemampuan gerak dasar berkembang dengan hasil beberapa tahap kematangan. Kemampuan modifikasi dan menentukan model-model pembelajaran serta pendekatan yang tepat merupakan saran yang efektif untuk mencapai tujuan yang pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dan sekaligus sebagai upaya meningkatkan pembelajaran lebih bervariasi dan tidak mejemuk. Menurut Bucer (dalam arma Abdullah, 1994:17) tujuan-tujuan pendidikan jasmani diklasifikasikan dalam lima aspek yaitu : “ (1)

perkembangan jasmani dan organ-organ tubu. (2) perkembangan mental emosional. (3) perkembangan neoromuskuler. (4) perkembangan sosial (5) perkembangan intelektual”. Sehingga menjadi seorang guru pendidikan jasmani harus memiliki keterampilan dan kemampuan tesendiri untuk dapat menyusun dan menerapkan metode, model serta modifikasi pembelajaran.