

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pendidikan pada umumnya. Secara spesifik, pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengutamakan aktivitas gerak tubuh yang di dalamnya terkandung banyak tujuan. Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, dikembangkan aspek fisik, gerak, sosial, dan emosional, maka dapat memberikan kontribusi pada pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Pendidikan olahraga adalah satu arti pengalaman belajar kerjasama bagi siswa.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa. Untuk menciptakan proses pembelajaran yang sehat dalam dunia pendidikan harus meliputi beberapa hal sebagai berikut. Menurut Agus Kristiyanto, (2010: 112) adalah: 1) Anak Didik, 2) Pendidik, 3) Tujuan Pendidikan, 4) Alat Pendidikan, dan 5) Lingkungan Pendidikan. Komponen-komponen di atas harus ada didalam berlangsungnya suatu pendidikan. Jadi pendidikan tidak akan berarti apabila tidak ada yang di didik, demikian pula dengan pendidikan juga tidak akan berjalan apabila tidak ada yang menjalankan pendidikan tersebut, serta pendidikan tidak ada gunanya kalau tidak ada tujuan.

Tujuan dari pendidikan jasmani antara lain: (a) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, (b) meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, (c) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar dan (d) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin,

bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis serta memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil dan memiliki sikap yang positif (Depdiknas, 2006: 163-164).

Proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah tetap menekankan pada proses aktivitas jasmani dengan materi-materi cabang olahraga, salah satunya adalah cabang olahraga bola voli. Permainan bola voli adalah olahraga beregu yang dalam pelaksanaan permainannya dilakukan dengan memantulkan bola secara bergantian dari tim yang satu ke lawannya bertujuan untuk mematikan lawan dan memperoleh kemenangan. Prinsip dasar permainan bola voli adalah memantul - mantulkan bola agar jangan sampai bola menyentuh lantai, bola dimainkan sebanyak - banyaknya tiga kali sentuhan dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola hasil sentuhan itu diseberangkan ke lapangan lawan melewati jaring atau net. Tentunya agar dapat melakukan ini para siswa diwajibkan untuk menguasai teknik dasar permainan diantaranya yaitu servis, *passing* bawah, *passing* atas, smash, dan block. Salah satu komponen dasar dalam olahraga bola voli adalah *passing* bawah. *Passing* bawah merupakan teknik dasar bola voli yang paling awal diberikan dalam mengajar atau melatih bola voli terbaik untuk program bola voli di Sekolah Menengah Pertama. Meskipun *passing* bawah merupakan aktivitas yang menyenangkan tetapi pengulangan dengan cepat dapat menimbulkan kebosanan. Bentuk *passing* bawah yang tidak bervariasi jangan sampai terjadi pada saat pembelajaran. Adanya variasi dalam pembelajaran dapat mendorong siswa untuk terlibat secara aktif dalam proses belajar siswa. Adanya bentuk gambaran lain yang lebih menyenangkan terhadap *passing* bawah juga dapat membuat siswa lebih senang dalam proses pembelajaran dan akan berdampak pada teknik yang dipraktikkan akan jauh lebih baik. Namun problem yang dialami siswa dalam melakukan suatu aktivitas olahraga seperti *passing* bawah bola voli adalah kegiatan pembelajaran yang terkesan kurang menyenangkan, sehingga siswa cenderung bosan dalam mengikuti proses pembelajaran dan pembelajaran bola

voli hanya berisi seperangkat gerak monoton serta tidak bervariasi. Hal ini dapat menjadi acuan dalam menyikapi apa yang terjadi dilapangan.

Berdasarkan pengamatan peneliti di SMA Negeri 1 Jangkang hampir keseluruhan siswa bisa melakukan *passing* bawah tetapi gerakannya masih tidak sempurna yaitu gerakan tangan masih tidak lurus sehingga menyebabkan arah bola tidak sesuai dengan yang diinginkan. Pada saat melakukan pengamatan di sekolah tersebut kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah masih terbatas. Hal ini disebabkan beberapa faktor, antara lain pemahaman siswa terhadap permainan bola voli khususnya pada materi *passing* bawah, siswa kurang bisa memahami teknik dasar dan cara-cara melakukan *passing* bawah, siswa tidak senang permainan bola voli yang monoton dan membosankan sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa. Dari data yang peneliti peroleh pada guru penjaskes di SMA Negeri 1 Jangkang. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada mata pelajaran penjaskes disekolah tersebut adalah 75. Dari jumlah 28 siswa, siswa yang mendapat nilai KKM berjumlah 44% atau 12 siswa sedangkan yang mendapat nilai dibawah KKM berjumlah 56% atau 15 siswa. Hal tersebut menimbulkan pertanyaan, apakah sekolah tersebut mematok standar KKM terlalu tinggi sehingga siswa sulit untuk dapat memenuhi kriteria yang ditentukan ataukah memang kualitas pembelajaran baik guru maupun siswanya yang kurang optimal sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa. Sebagai guru pendidikan jasmani untuk mengantisipasi hal tersebut maka harus pandai pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya sehingga dengan kriteria ketuntasan minimal yang telah ditentukan dapat terpenuhi. Oleh karena itu, diperlukan metode baru yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli. Metode pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah metode pembelajaran *passing* bawah bola voli menggunakan metode bermain. Memilih metode bermain sebagai inovasi agar adanya perubahan dalam aktivitas belajar mengajar yang mana dalam metode bermain ini siswa dituntut lebih aktif sehingga guru hanya sebagai fasilitator,

siswa diberi kebebasan untuk memberikan masukan secara timbal balik dalam menggunakan metode bermain dan siswa tidak ada yang pasif dikarenakan mereka harus memperhatikan kawannya dalam melakukan gerakan dan memberikan penilaian. Untuk ini dengan metode bermain sangat tepat digunakan untuk mengatasi kejenuhan siswa dan kurang aktifnya siswa dalam pembelajaran dan dikarenakan dengan metode bermain ini merupakan bentuk pembelajaran yang dikonsepsi dalam permainan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah menengah pertama ini bahwasannya memiliki rentang umur 15 sampai 16 tahun. Itu artinya pada usia tersebut siswa sekolah menengah pertama suka bermain.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang Masalah Yang Diuraikan Diatas Masalah Umum Dalam Penelitian Ini Adalah ? Bagaimanakah Peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain Pada Siswa Kelas XI IPA Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang?."

Sesuai dengan masalah umum diatas Sub masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah perencanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang?.
3. Bagaimana peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan metode bermain, secara khusus tujuan penelitian untuk memberikan informasi tentang:

1. Perencanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang
2. Pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang
3. Peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas XI IPA di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat dalam suatu perkembangan teoritis (keilmuan) dan secara praktis (nyata), adapun manfaat yang diharapkan adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan inspirasi khususnya dibidang olahraga bola voli

2. Manfaat Praktis

a. Guru

Untuk meningkatkan kualitas mengajar dan mencoba menerapkan metode bermain sebagai inovasi baru dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

b. Siswa

Dengan banyaknya model pembelajaran mereka mendapatkan banyak variasi dalam pembelajaran dan dapat meningkatkan aktifitas, motivasi belajar dan kreativitas serta kerjasama dalam pembelajaran.

c. Sekolah

Dapat memberikan sumbangan pemikiran dan sebagai pertimbangan untuk inovasi model pembelajaran dalam upaya meningkatkan mutu dan hasil belajar siswa.

d. Peneliti

melatih kemampuan dalam memecahkan masalah secara sistematis dengan menggunakan teori yang sudah dipelajari dan sebagai bahan ajar untuk kedepannya.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Untuk membatasi agar penelitian ini memiliki ruang yang jelas dan tidak melebar kemana-mana maka peneliti membatasi ruang lingkup penelitian yaitu Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Dengan Metode Bermain Pada Siswa Kelas XI IPA Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jangkang Kabupaten Sanggau.

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh seseorang peneliti dengan tujuan untuk dipelajari sehingga didapatkan informasi mengenai hal tersebut dan ditariklah sebuah kesimpulan. Sedangkan Hamid Darmadi (2011:20) menyatakan "Variabel adalah suatu atribut, sifat, aspek dari manusia, gejala, objek, yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya". Sugiyono (2011:38) mendefenisikan "variabel adalah segala sesuatu yang terbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya". Sedangkan Suharsimi Arikunto (2010:161) menyatakan bahwa variabel adalah "objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian dari suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah "Peningkatan pembelajaran bola voli dengan metode bermain" dengan aspek-aspek itu :

a. Variabel Tindakan

Variabel tindakan adalah variabel yang ada atau munculnya ditentukan atau dipengaruhi oleh variabel masalah, ada atau munculnya variabel ini karena variabel tindakan tertentu seperti diungkapkan Agus Kristiyanto (2010:83) bahwa tindakan PTK juga dapat berupa apa saja berupa inovasi atau rekayasa dalam hal penggunaan pendekatan atau metode, media, atau penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2010:39), "variabel tindakan merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang Menjadi penyebab timbulnya variabel masalah. jadi dapat disimpulkan bahwa variabel tindakan adalah suatu cara atau pemberi solusi dari sebuah masalah yang ada pada kegiatan yang menjadi variabel tindakan dalam penelitian ini adalah metode bermain.

b. Variabel Masalah

Variabel masalah adalah sejumlah gejala atau faktor yang menentukan atau mempengaruhi ada atau munculnya gejala lain. Seperti di ungkapkan Agus Kristiyanto (2010:83) variabel terikat dalam PTK adalah variabel masalah yang akan diangkat dan dipecahkan melalui siklus-siklus dalam PTK adapun yang menjadi variabel masalah dalam penelitian ini adalah pembelajaran *passing* bawah bola voli. Sedangkan menurut Zuldafrizal (2012:13)" variabel masalah adalah variabel yang ada atau munculnya ditentukan atau di pengaruhi oleh variabel tindakan" Pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa variabel masalah adalah merupakan suatu kejadian-kejadian atau masalah yang terdapat pada suatu proses pembelajaran. Adapun variabel masalah dalam penelitian ini adalah *passing* bawah bola voli.

2. Defenisi Operasional

Definisi Operasional yang berbeda yang terdapat Untuk menghindari berbagai Definisi penafsiran operasional. Menurut S. Suryabrata (2011:29) mengatakan bahwa definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan dapat diamati (observasi). Maka definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Passing* Bawah

Passing bawah adalah teknik dasar memainkan bola dengan menggunakan keduatangan, dimana perkenaan bola yaitu pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola hasil sentuhan itu diseberangkan ke lapangan lawan melewati jaring atau net. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *passing* bawah, Roji (2017: 29) menyatakan ada beberapa tahap teknik dasar dalam melakukan *passing* bawah bola voli antara lain :

1) Tahap Persiapan

- a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan Kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki dibagian depan.
- b. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar
- c. Pandangan ke arah datangnya bola.

2) Tahap Pelaksanaan Gerakan

- a. Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai.
- b. Usahakan Perkenaan arah bola datangnya tepat pada bola pergelangan tepat ditengah tangan.- tengah badan.
- c. Perkenaan bola tepat pada pergelangan tangan.

3) Akhir Gerakan

- a. Tumit terangkat dari lantai.
- b. Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
- c. Pandangan mengikuti arah gerakan bola.

b. Metode Bermain

Metode Bermain merupakan suatu cara yang dilakukan dalam pembelajaran yang konsep dalam bentuk bermain untuk mendatangkan kesenangan bagi orang yang melakukannya, adapun bentuk permainan yang digunakan dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli.

Pada penelitian ini ada ada beberapa bentuk permainan yaitu:

1. Berlomba memainkan *passing* bawah berjalan. Ialah permainan adu keterampilan *passing* bawah secara berkelompok Masing- masing kelompok dibariskan berbanjar dibelakang garis belakang lapangan. kemudian siswa yang berada dibarisan pertama memegang bola berjalan kedepan sambil melakukan *passing* bawah berjalan dengan ketinggian bola di atas kepala. Setelah siswa melakukan *passing* bawah berjalan sampai digaris tengah lapangan yang telah ditentukan, siswa kembali lagi pada kelompoknya menyerahkan bola kepada teman yang berada dibarisan paling depan dan masuk kebarisan paling belakang dan seterusnya.
2. Bermain *passing* bawah menyeberangi Net. Merupakan permainan berkelompok Setiap kelompok terdiri dari 6-7 siswa dan membagi tiap-tiap kelompok menjadi 3, masing - masing kelompok dibariskan berbanjar kebelakang yang saling berhadapan, satu dari siswa yang berada pada barisan terdepan memegang bola. Kemudian siswa yang memegang bola melambungkan bola kepada teman yang ada didepannya yang berada disebelang net, kemudian siswa tersebut menerima bola dengan *passing* bawah yang ditujukan kepada teman yang berada disebelang net, siswa yang sudah melakukan *passing* bawah pindah posisi kebarisan belakang dengan berlari, begitu seterusnya sampai semua siswa mendapatkan giliran.
3. Permainan *passing* bawah bola voli 3 on 3 iyalah permainan berkelompok namun dibagi menjadi 3 siswa dalam satu kelompok. Permainan menggunakan *passing* bawah, dalam permainan tersebut, bisa menggunakan 1 kali sentuhan *passing* bawah dan maksimal 3 kali sentuhan. Pelaksanaannya kelompok 1 bertanding dengan kelompok 2. Kelompok yang dinyatakan kalah digantikan dengan kelompok berikutnya yang akan bermain dan begitu selanjutnya supaya semua kelompok dapat kesempatan dengan jumlah 10 poin.