

BAB 2

KAJIAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Hakikat Pendidikan

Pendidikan merupakan pengaruh yang sangat besar dalam mewujudkan manusia yang utuh dan mandiri serta menjadi manusia yang mulia dan bermanfaat bagi lingkungannya. Dengan pendidikan, manusia akan paham bahwa dirinya itu sebaagai makhluk yang dikarunia kelebihan dibandingkan dengan makhluk lainnya. Pendapat lain mengemukakan bahwa: “Pendidikan adalah usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat dan pemerintah melalui kegiatan bimbingan pengajaran atau latihan yang berlangsung di sekolah dan di luar sekolah, baik formal, non formal, maupun informal dan dilakukan seumur hidup untuk mengoptimalkan potensi manusia”(Citriadin, 2014, hlm. 5). Usaha-usaha yang dilakukan seumur hidup yang dimaksud adalah untuk mengoptimalkan potensi dengan menanamkan nilai-nilai dan norma-norma serta mewariskan kepada generasi berikutnya untuk di kembangkan dalam hidup dan kehidupan yang terjadi dalam suatu proses pendidikan sebagai usha manusia untuk melestarikan hidupnya. Sedangkan fungsi dan tujuan pendidikan Nasional tertera dalam Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 pasal 3,

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berdasarkan fungsi dan peranan tersebut, tampaknya segala sesuatu yang berkaitan dengan pelaksanaan pendidikan dan mata pelajaran menjadi satu kesatuan untuk mencapai tujuan pendidikan. Upaya pendidikan di sekolah pada jenjang pendidikan yang berbeda disusun dalam suatu sistem dengan pemberian berbagai pengetahuan sesuai dengan kemampuannya. Secara umum, isi setiap pelajaran berada pada ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Setiap pembelajaran memiliki fokusnya sendiri di bidangnya. Namun, tidak semua mata pelajaran dapat mencakup

semua bidang kegiatan pembelajaran dalam waktu yang bersamaan. Salah satu mata pelajaran bahkan satu-satunya yang dapat memuat ranah kognitif, afektif dan psikomotor secara bersamaan adalah mata pelajaran pendidikan jasmani.

2.1.2 Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan dan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa. Dalam Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005 pendidikan jasmani di definisikan sebagai berikut: “Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani”.

Berdasarkan uraian di atas, jelaslah bahwa pendidikan jasmani pada hakekatnya merupakan sarana pencapaian tujuan pendidikan serta pencapaian tujuan dalam kegiatan jasmani itu sendiri. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan umum, ditujukan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan motorik, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, kestabilan emosi, tindakan etis, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan yang sehat. Melalui kegiatan kebugaran yang terencana secara sistematis dan selektif yang ditujukan untuk tujuan pendidikan nasional. Pembelajaran yang disajikan akan membantu anak-anak memahami mengapa orang bergerak dan bagaimana melakukan gerakan yang aman, efektif, dan mengarah pada pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

2.1.3 Konsep Belajar

Belajar merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi dan berperan penting dalam pembentukan pribadi dan perilaku individu. Suatu proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik apabila terpenuhi unsur-unsur pembelajaran yang terdiri dari peserta didik, tenaga pendidik, motivasi/stimulus,

bahan belajar, alat bantubelajar, serta suasana dan kondisi belajar yang dapat mendukung kelancaran pembelajaran. Menurut Djamaluddin & Wardana (2019, hlm. 6) mendefinisikan bahwa “Definisi belajar diartikan sebagai segala aktivitas psikis yang dilakukan oleh setiap individu sehingga tingkah lakunya berbeda antara sebelum dan sesudah belajar. Perubahan tingkah laku atau tanggapan, karena adanya pengalaman baru, memiliki kepandaian/ ilmu setelah belajar, dan aktivitas berlatih”. Sedangkan menurut M. Sobry Sutikno yang dukitif (dalam Djamaluddin & Wardana,2019, hlm. 7) ia mengemukakan bahwa,

Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk mendapatkan suatu perubahan yang baru sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Dalam hal ini, perubahan adalah sesuatu yang dilakukan secara sadar (disengaja) dan bertujuan untuk memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya.

Maka dengan demikian belajar merupakan suatu proses, suatu kegiatan dan bukan suatu hasil atau tujuan. Belajar juga bukan hanya mengingat, akan tetapi lebih luas dari itu, yakni mengalami. Selain itu juga belajar bukan suatu penguasaan hasil latihan melainkan perubahan prilaku. Suatu proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik apabila terpenuhi unsur-unsur pembelajaran yang terdiri dari peserta didik, tenaga pendidik, motivasi/stimulus, bahan belajar, alat bantu belajar, serta suasana dan kondisi belajar yang dapat mendukung kelancaran pembelajaran. Belajar merupakan suatu kegiatan untuk memperoleh ilmu pengetahuan. Belajar juga merupakan sesuatu yang dilakukan untuk menguasai hal tertentu. Belajar juga merupakan suatu proses atau usaha yang dilakukan tiap individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan, maupun sikap dan nilai yang positif sebagai pengalaman mendapatkan sejumlah kesan dari paham yang telah di pelajari.

2.1.4 Ciri-ciri belajar

Dalam belajar tentunya memiliki ciri-ciri belajar yang menandakan apa ciri dari belajar tersebut. Ciri-ciri belajar menurut Siregar & Widyaningrum (2015,hlm.19) yaitu:

- 1) Adanya kemampuan baru atau perubahan. Perubahan tingkah laku tersebut bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), maupun nilai dan sikap (afektif)

- 2) Perubahan itu tidak berlangsung sesaat saja melainkan menetap atau dapat disimpan.
 - 3) Perubahan itu tidak terjadi begitu saja melainkan harus dengan usaha. Perubahan akibat interaksi dengan lingkungan
 - 4) Perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman masa lalu atau pembelajaran yang disengaja dan bertujuan.
- Sedangkan pendapat lain ada yang mengemukakan ciri dari belajar antara

lain:

- 1) Terjadi perubahan tingkah laku (kognitif, afektif, psikomotor, dan campuran) baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati secara langsung.
- 2) Perubahan tingkah laku hasil belajar pada umumnya akan menetap atau permanen.
- 3) Proses belajar umumnya membutuhkan waktu tidak sebentar dimana hasilnya adalah tingkah laku individu.
- 4) Beberapa perubahan tingkah laku yang tidak termasuk dalam belajar adalah karena adanya hipnosa, proses pertumbuhan, kematangan, hal gaib, mukjizat, penyakit, kerusakan fisik.
- 5) Proses belajar dapat terjadi dalam interaksi sosial di suatu lingkungan masyarakat dimana tingkah laku seseorang dapat berubah karena lingkungannya. (Djamaluddin & Wardana, 2019, hlm. 11)

Dengan demikian dari pendapat di atas disimpulkan bahwa ciri-ciri belajar adalah adanya perubahan yang terjadi secara sadar, dimana tingkah laku seseorang menjadi lebih baik, dan sifatnya menetap sebagai hasil dari latihan dan pengalaman.

2.1.5 Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan buah dari proses pembelajaran baik itu dari segi pengetahuan, perubahan tingkah laku dan lain sebagainya. Menurut (Bunyamin, 2021, hlm. 99) mengemukakan bahwa “Hasil belajar adalah sejumlah pengalaman yang diperoleh siswa yang mencakup ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Belajar tidak hanya penguasaan konsep teori mata pelajaran saja, tetapi juga penguasaan kebiasaan, persepsi, kesenangan, minat-bakat, penyesuaian sosial, jenis-jenis keterampilan, cita-cita, keinginan, dan harapan”. Adapun Djamaluddin & Wardana (2019, hlm. 3) mereka berpendapat bahwa “Hasil belajar itu tidak dapat langsung dirasakan, tetapi harus melalui proses kerjasama yang maksimal dari seluruh komponen yang ada dalam PBM. Hasil belajar itu ditentukan melalui intelektual question, emosional question dan spiritual question (IQ, EQ, SQ)”.

Maka dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dari proses belajar ada hasil belajar yang terdapat beberapa aspek yang tidak dapat di pisahkan satu sama lain, karena kemampuan seorang pembelajar dapat di lihat dari beberapa aspek di atas yang dapat mempengaruhi dirinya dan juga hasil belajar tidak dapat langsung dirasakan oleh individu tetepi harus melalui kerjasama yang baik dari setiap komponen dalam proses pembelajaran.

2.1.6 Konsep Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Hal ini di perkuat oleh Setiawan (2020,hlm. 20) bahwa pembelajaran pada dasarnya adalah “Suatu proses yang dilakukan oleh individu dengan bantuan guru untuk memperoleh perubahan perubahan perilaku menuju pendewasaan diri secara menyeluruh sebagai hasil dari interaksi individu dengan lingkungannya”. Dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas Pasal 1 ayat 20 mengemukakan bahwa “Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.” Pendapat lain mengemukakan bahwa “Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku di manapun dan kapanpun”(Djamaluddin & Wardana (2019,hlm. 14).

Dengan demikian dari asumsi dan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar,pembelajaran juga dilakukan sepanjang hayat dan merupakan bantuan yang diberikan oleh pendidik agar dapat terjadi proses penerimaan ilmu dan pengetahuan.

2.1.7 Ciri-Ciri Pembelajaran

Ciri-ciri pembelajaran sesuai denga ciri-ciri belajar yang di dalamnya terdapat ciri apakah pembelajaran dilakuka dengan benar atau tidak. Berdsarkan pendapat Siregar & Widyaningrum (2015,hlm. 36) ciri-ciri pembelajaran dapat dikemukakan sebagai berikut:

- 1) Pembelajaran merupakan serangkaian kegiatan sistematis yang telah direncanakan sedemikian rupa.
- 2) Kegiatan difokuskan kepada aktivitas peserta didik (learner centered).

- 3) Terdapat tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.
- 4) Pelaksanaannya terkendali dan hasilnya dapat diukur.

Sedangkan menurut Bunyamin (2021) ciri-ciri pembelajaran anatra lain:

- 1) Merupakan upaya sadar dan disengaja.
- 2) Pembelajaran harus membuat siswa belajar.
- 3) Tujuan harus ditetapkan terlebih dahulu sebelum proses dilaksanakan.
- 4) Pelaksanaannya terkendali, baik isinya, waktu, proses maupun hasilnya.

Dengan demikian ciri-ciri pembelajaran merupakan segala sesuatu yang menunjang kegiatan pembelajaran sehingga tercapainya tujuan pembelajaran.

2.1.8 Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perencanaan pembelajaran. Karena tujuan merupakan sesuatu yang dicapai dalam pembelajaran. Pendapat ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh ahli lain yaitu “Tujuan pembelajaran merupakan arah yang hendak dituju dari rangkaian aktivitas yang dilakukan dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran dirumuskan dalam bentuk perilaku kompetensi spesifik, aktual, dan terukur sesuai yang diharapkan terjadi, dimiliki, atau dikuasai siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran tertentu”(TriSiswanto et al, 2016, hlm. 7).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tujuan dari pembelajaran yaitu sebuah upaya untuk mencapai perubahan perilaku atau kompetensi pada peserta didik dari tidak bisa menjadi bisa dari tidak tahu menjadi tahu, sehingga siswa dapat mencapai perubahan perilaku yang lebih baik. Pencapaian tujuan pembelajaran tentunya didukung dengan perangkat pembelajaran dan juga strategi pembelajarannya.

2.1.9 Strategi Pembelajaran

Strategi pembelajaran merupakan suatu perencanaan yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan pendidikan. Menurut Hidayat & junior tri (2020, hlm. 2) “Strategi pembelajaran adalah langkah-langkah yang disiapkan dan dilakukan oleh seorang pendidik atau guru dalam mencapai suatu pendidikan yang utuh”. Maka dari itu strategi pembelajaran dapat disimpulkan sebagai rancangan yang dilakukan

oleh pendidik untuk melaksanakan pembelajaran dengan baik agar tercapai tujuan dari pembelajaran itu sendiri dengan menggunakan suatu pendekatan pembelajaran.

Pendekatan pembelajaran merupakan hal yang akan ditempuh oleh guru dan siswa dalam mencapai tujuan intruksional untuk suatu satuan intruksional tertentu. Menurut Sagala (dalam Ridwan et al., 2017, hlm. 2) mengemukakan bahwa “Pendekatan pembelajaran merupakan aktivitas guru dalam memilih kegiatan pembelajaran”. Pada intinya pendekatan pembelajaran dilakukan oleh guru untuk menjelaskan materi pembelajaran dari bagian yang satu dengan bagian yang lainnya, berorientasi pada pengalaman yang dimiliki siswa untuk mempelajari konsep, prinsip atau teori yang baru tentang suatu bidang ilmu. Menurut Tarigan (dalam Ridwan et al., 2017, hlm 2) “Terdapat dua jenis pendekatan pembelajaran yakni pendekatan teknik dasar dan pendekatan pembelajaran taktis”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat dua jenis pendekatan dalam pembelajaran yakni yang menggunakan pendekatan teknik dasar dan juga pembelajaran taktis.

Pendekatan permainan taktis ditujukan untuk mengajarkan teknis permainan yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa yaitu suka bermain sehingga dalam proses pembelajarannya, siswa bermain dengan penuh semangat dan sekaligus meningkatkan mutu pembelajaran. Hal ini sejalan dengan apa yang di ungkapkan Nuryadi (dalam Ridwan et al., 2017, hlm. 3) mengemukakan bahwa “Pendekatan taktis adalah sebuah pola pendekatan pembelajaran yang menggunakan pola latihan teknik kedalam situasi permainan yang sesuai dengan tingkat kemampuan siswa”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pendekatan taktis merupakan pola pendekatan pembelajaran yang tidak langsung karna menggunakan permainan sebagai media pembelajarannya.

2.1.10 Konsep Bermain dan Permainan

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan anak-anak untuk memperoleh kesenangan sebagai hiburan. Sedangkan kegiatan untuk orang dewasa dikategorikan sebagai rekreasi atau mengisi waktu luang. Menurut Hurlock yang dikutip oleh Khadijah & Armanila (2017) mengatakan bahwa, “bermain dapat diartikan sebagai setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa

mempertimbangkan hasil akhir. Bermain dilakukan secara suka rela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban”. Dengan demikian bahwasannya bermain dapat di artikan sebagai kegiatan yang menyenangkan bagi anak tanpa merasakan tekanan dan dilakukan secara sukarela. Khadijah & Armanila (2017, hlm. 7) juga berpendapat bahwa:

bermain merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi anak, dan bermanfaat untuk mengembangkan berbagai potensi yang dimilikinya secara menyeluruh, antara lain aspek perkembangan sosial, emosi dan kepribadian, melalui kegiatan bermain anak dapat mengoptimalkan laju stimulasi baik dari luar maupun dari dalam, mengaktualisasikan potensi tersebut dalam memecahkan permasalahan yang mereka hadapi dalam kehidupan yang sebenarnya, baik melalui kesadaran dirinya sendiri maupun dengan bantuan orang lain (sesama teman, orang tua, saudara, dan guru).

Jadi bermain juga mengandung unsur pendidikan dimana dalam melakukan permainan bisa melatih anak untuk lebih kreatif dalam menentukan suatu tindakan, mengembangkan daya tangkap serta imajinasinya dapat bekerja sama, melatih kejujuran serta berjiwa sosial. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan adalah bagian dari kehidupan anak dan aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan serta kepuasan, namun bisa di tandai sebagai permainan menang-kalah.

Dalam penelitian ini peneliti ingin meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan permainan *4 on 4* dalam pembelajaran bola voli khususnya siswa kelas VIII A SMP Islam YPP Cilenga.

2.1.11 Permainan 4 on 4

Permainan *4 on 4* ini merupakan permainan bola voli yang dimodifikasi sedemikian rupa dari mulai jumlah pemain, ukuran lapangan, dan tinggi net, dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Selain itu juga agar siswa lebih aktif bergerak sehingga anak merasa gembira dan tertarik untuk melakukan teknik yang paling mendasar dalam permainan bola voli ini.

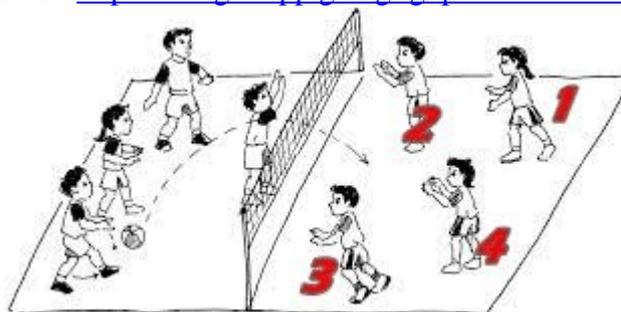
- 1) Klasifikasi, umur, anggota regu, luas lapangan, tinggi net

Menurut Horst Baacke dalam Coaches Manual I yang dikutip oleh M. Yunus (dalam Iswayudi et al, 2020) jumlah regu, ukuran lapangan dan ketinggian net untuk berbagai tingkat umur di klasifikasian seperti berikut:

Tabel 2. 1 klasifikasi tingkatan umur
Sumber : Jefri N (2020)

Umur	9-11 tahun	10-12 tahun	11-13 tahun
Regu	2 vs 2	3 vs 3	4 vs 4
Lapangan	3 x 9 meter 4,5 x 9 meter	6 x 9 meter 6 x 12 meter	8 x 12 meter 9 x 12 meter
Net	210 ± 5 cm	210 ± 5 cm	220 ± 5 cm

Gambar 2. 1 Lapangan Permainan 4 on 4
Sumber : <https://images.app.goo.gl/g9peUPNa25rUKrSd>



Sesuai dengan karakteristik umur peserta didik SMP kelas VIII yang rata-rata antara 11-13 tahun, pedoman ukuran lapangan dan ketinggian net yang digunakan untuk permainan *4 on 4* pada bolavoli ini:

1. panjang lapangan : 9m
 2. lebar lapangan : 6m
 3. tinggi net putri : 220cm=2,20m
 4. tinggi net putra : 225cm=2,25m
- 2) Peraturan Permainan *4 on 4*

Permainan *4 on 4* dalam bola voli ini merupakan permainan modifikasi sehingga ukuran lapangan, untuk peraturan permainannya juga mengalami perubahan sebagai berikut:

- a. Angka, set dan memenangkan pertandingan
 1. Mendapatkan angka. Perhitungan angka dengan sistem *rally point*. Tim yang memenangkan setiap *rally point* maka memperoleh point 1.

2. Memenangkan satu set. Untuk permainan *4 on 4* bola voli ini permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 angka (26-24, 27-25, dst).
3. Memenangkan satu pertandingan. Adalah apabila satu regu yang dapat memenangkan satu set . Permainan ini ditetapkan dalam pembelajaran sehingga hanya dimainkan dengan 1 kali kemenangan karena keterbatasan waktu atau dapat disesuaikan dengan waktu yang tersedia.

b. Memainkan Bola

1. Setiap regu diperkenankan terlebih dahulu memantulkan bola maksimal 5x sebelum mengembalikan bola melewati atas net.
2. Seorang pemain boleh memantulkan bola 2x.
3. Pemain dapat melakukan sentuhan bola hanya dengan menggunakan *passing* bawah.

c. servis

Menurut Winarno et al (2016, hlm. 32) “*Service* merupakan sajian awal untuk memulai suatu pertandingan bolavoli, sekaligus sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan *service*”. Teknik yang digunakan adalah dengan cara mengayunkan lengan dari bawah untuk memukul bola. Dalam permainan ini menggunakan servis bawah. Bola dinyatakan dalam permainan apabila bola telah dipukul dan melewati net. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai dan jika bola keluar atau satu tim gagal mengembalikan bola.

Dalam permainan *4 on 4* ini tim yang memenangkan sebuah *rally point* memperoleh satu angka (*rally point system*).Setiap tim yang memenangkan *rally point*, pemain melakukan rotasi untuk melakukan servis . Tidak ada pemain yang melakukan servis 2 kali berturut-turut.

d. Pukulan/serangan

Dalam permainan ini hanya diperbolehkan menggunakan *passing* bawah dalam mengumpan atau mengoper bola. Apabila salah satu dari anggota tim menggunakan teknik selain *passing* bawah maka bola dinyatakan “mati” dan poin di dapatkan oleh tim lawan.

2.1.12 Konsep Bola Voli

Bola voli merupakan permainan bola besar yang dilakukan oleh dua tim, yang masing-masing timnya terdiri dari 6 pemain. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Dr, Samsudin (2019, hlm. 6) yang menyatakan bahwa “Permainan bolavoli adalah olahraga beregu, dimainkan oleh dua regu tiap lapangan yang dipisahkan net”. Kemudian Faqih et al (2022, hlm. 275) berpendapat bahwa “Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu terdiri atas enam orang pemain, dipisahkan oleh net, dimainkan di atas lapangan berbentuk empat persegi panjang”. Sementara itu maksud dan tujuan dari permainan bola voli yang dikemukakan oleh N (2020) bahwa “Maksud dan tujuan dari permainan ini adalah menjatuhkan bola di lapangan lawan melewati atas net dengan syarat pantulan sempurna dan bersih sesuai dengan peraturan”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas penulis menyimpulkan bahwa permainan bola voli adalah olahraga beregu yang terdiri dari 6 orang pemain dan dilakukan oleh 2 tim yang bertanding, dimainkan didalam lapangan yang dibatasi oleh sebuah net dan bertujuan untuk mendapatkan poin dengan cara menjatuhkan bola di lapangan lawan dengan melewati atas net dan sesuai dengan peraturan yang telah ditetapkan.

2.1.13 Teknik Dasar Bola Voli

Penguasaan teknik dasar merupakan hal terpenting dalam suatu cabang olahraga, karena keberhasilan dalam melakukan teknik dasar akan menentukan keberhasilan dalam suatu cabang olahraga. Dalam bola voli sendiri ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai sebagai berikut:

1. *Service*

Service menurut Winarno et al (2016, hlm. 37) mengemukakan bahwa “*Service* merupakan sajian awal untuk memulai suatu pertandingan bolavoli, sekaligus sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan *service*”. *Service*

merupakan suatu teknik dasar untuk memulai suatu set pertandingan yang bias di lakukan dengan cara *service* bawah dan *service* atas.

2. *Passing*

Passing menurut Suharno, HP (dalam Winarno et al, 2016, hlm. 76-77) mengemukakan bahwa “*Passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang bertujuan untuk mengoper bola yang dimainkannya kepada teman seregu untuk dimainkan di lapangan sendiri”. Teknik *passing* merupakan kunci dari keberlangsungan suatu pertandingan. Dengan menguasai teknik *passing* yang benar maka permainan bola voli ini akan berjalan dengan baik hingga mampu membuat suatu serangan pada lawan. *Passing* dapat dilakukan dengan cara *passing* bawah dan *passing* atas.

3. *Spaik/Smash*

Smash menurut Nurfalah et al (2019, hlm. 18) menyatakan bahwa “*Smash* merupakan sebuah usahan yang dilakukan untuk mendapatkan point”. *Smash* dilakukan oleh *spaiker* ketika bola di umpan oleh toser. *Smash* biasanya merupakan suatu bentuk serangan yang dapat menghasilkan point. Hal ini sejalan dengan apa yang di ungkapkan oleh N (2020) “Teknik *Smash* atau *spike* adalah cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan untuk mencapai pukulan keras yang biasanya mematikan ke daerah lawa”. Dapat disimpulkan bahwa *smash* merupakan sebuah serangan yang dilakukan dengan keras, sehingga bola yang di sebrangkan ke daerah lawan dapat mematikan minimal dapat menyulitkan lawan dalam memainkan bola dengan sempurna.

4. *Block/Bendung*

Block menurut Winarno et al (2016, hlm. 160) mengemukakan bahwa “*Block* adalah sebuah teknik dengan cara merintangi atau menghalangi musuh ketika sedang melakukan serangan di depan net dengan cara mengangkat lengan tinggi-tinggi di atas jaring, pada tempat yang diduga menjadi arah jalannya bola”. Sehingga dapat dikatakan bahwa *block* merupakan suatu upaya untuk menghambat serangan dari lawan agar tidak dapat meyebrangi net. *Blok* ini berfungsi untuk menghalangi lawan dan juga merupakan serangan balik ke pihak lawan.

2.1.14 Konsep Passing Bawah Permainan Bola Voli

Passing bawah merupakan suatu teknik yang paling mendasar dalam permainan bola voli. *Passing* bawah memiliki pengaruh yang sangat besar didalam sebuah pertandingan bola voli. Dimana tidak akan ada sebuah umpan untuk melakukan serangan jika tidak ada *passing* yang diberikan kepada pengumpan. Maka dari itu dalam proses pembelajaran, *passing* bawah adalah teknik dasar yang paling pertama kali di pelajari. Menurut Barbara L. Viera (dalam Haris, 2019)

Passing bawah atau operan lengan bawah merupakan teknik dasar bolavoli yang harus dipelajari, operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang servis. Operan ini digunakan untuk menerima *servis*, *spike*, memukul bola setinggi pinggang bawah dan memukul bola yang terpantul di net.

Menurut Robinson (dalam Muzaffar, 2015, hlm. 48) *passing* merupakan “Teknik dasar yang paling penting dalam permainan bolavoli”. Sedangkan menurut Yusmar (2017, hlm. 145) “*Passing* dalam permainan bola voli adalah usaha seseorang pemain bola voli dengan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman seregunya”. Kemudian Yunus(dalam M.E Winarno et al, 2016, hlm 77) berpendapat bahwa “*Passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun serangan kepada lawan”. Dengan demikian dari beberapa pendapat diatas *passing* bawah dapat di artikan sebagai salah satu teknik yang paling mendasar dalam permainan bola voli yang harus dikuasai yang berfungsi sebagai penerimaan *service*, *spike*, dan dasar untuk menyerang.

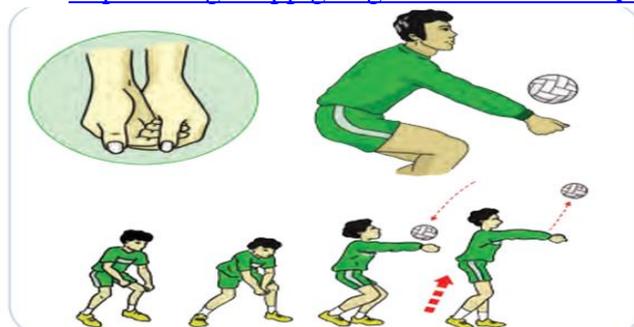
Teknik *passing* bawah merupakan tahapan ketika akan melakukan *passing* bawah, tahapan-tahapan tersebut harus dilakukan dengan baik dan benar jika menginginkan yang baik dan benar. Menurut Roji & Yulianti (2017, hlm. 29) tahapan dalam melakukan teknik *passing* bawah yang benar adalah sebagai berikut:

- 1) Persiapan: berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar, dan pandangan ke arah datangnya bola.

- 2) Gerakan: dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan, perkenaan bola tepat pada pergelangan tangan.
- 3) Akhir gerakan: tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti arah gerakan bola. Gerakan ini merupakan gerak dasar (fundamental) dari gerak mendorong.

Gambar 2. 2 Teknik Passing bawah bola voli

Sumber: <https://images.app.goo.gl/smLhAfkY9xtvQeEs9>



Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar passing bawah harus dilakukan sesuai dengan urutannya jika menginginkan hasil yang baik.

2.1.15 Kesalahan dalam Melakukan Passing Bawah

Beberapa kesalahan-kesalahan yang kerap kali terjadi pada saat melakukan passing bawah menurut M.E Winarno et al (2016, hlm. 80) antara lain:

- 1) Siku ditekuk, sehingga perkenaan bola terlalu atas di atas kedua siku (lebih tinggi dari perkenaan yang normal). Bola akan memantul vertikal dan bahkan akan memantul ke belakang.
- 2) Sudut datang arah bola terhadap lengan tidak tegak lurus, sehingga pantulan bola tidak sempurna.
- 3) Gerakan ayunana lengan terlalu kuat, sehingga pantulan bola melebihi sasaran yang diinginkan.
- 4) Lengan tidak lurus dan tidak menegang kuat (kontraksikan otot-otot lengan), sehingga pantulan bola tidak sampai pada sasaran yang dikehendaki.
- 5) Perkiraan pemain terhadap datangnya bola tidak tepat, sehingga pelaksanaan passing bawah tidak sempurna.
- 6) Lengan pemukul diayun atau digerakkan lebih tinggi dari bahu (kecuali passing bawah ke belakang).
- 7) Pada saat perkenaan kedua tangan tidak sejajar dan rapat serta goyah, hal ini berakibat pantulan bola kurang bagus.
- 8) Terlambat mengantisipasi datangnya bola, sehingga bola turun terlalu rendah perkenaannya.
- 9) Terlalu eksplosif gerakan keseluruhan, gerakan statis dan kaku pada saat melakukan passing bawah.

10) Pada saat melakukan passing bawah pandangan tidak kearah bola.

Dengan demikian dapat penulis simpulkan bahwa kesalahan yang kerap terjadi pada saat melakukan passing bawah yaitu terjadi pada posisi tangan dan perkenaan bola sehingga bola yang dihasilkan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

- 1) Penelitian yang relevan dengan penelitian yang penulis lakukan ini adalah penelitian yang sudah dilakukan oleh Arif Syarifudin mahasiswa program studi Pendidikan Keperawatan Olahraga. JPOK FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta tahun 2015 yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Permainan *4 on 4* pada Siswa Kelas VII B SMP Negeri 16 Surakarta Tahun Pelajaran 2014/2015”. Permasalahan yang diteliti oleh Arif Syarifudin yaitu mengenai penerapan permainan *4 on 4* untuk meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis yang diperoleh meningkat dari pra siklus siswa tuntas mencapai 35,71%, pada siklus I siswa tuntas mencapai 67,85%, sedangkan pada siklus ke II siswa tuntas mencapai 92,86%. Penelitian yang penulis lakukan sejenis dengan penelitian diatas, objek penelitian yang berbeda. Sampel penelitian yang penulis lakukan adalah siswa kelas VIII A di SMP Islam YPP Cilenga Tahun Ajaran 2023/2024.
- 2) Selain itu adapula penelitian yang dilakukan oleh Sumbara Hambali (2016). Permasalahan yang diteliti oleh Sumbara Hambali yaitu “Pembelajaran *Passing* bawah menggunakan metode bermain pad permainan bola voli siswa SD Kelas V”. Perbedaan penelitian ini terjadi pada permasalahan penulis yang sudah diteliti yaitu dari segi objek penelitiannya dan juga variable bebasnya. Sampel penelitian yang peneliti lakukan adalah siswa kelas VIII A SMP Islam YPP Cilenga dan variable bebas yang peneliti gunakan yaitu permainan *4 on 4*. Keduanya sama-sama menggunakan permainan untuk meningkatkan hasil belajarnya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sumbara Hambali ini membuktikan bahwa dengan menggunakan

permainan hasil belajar siswa khususnya pada keterampilan *passing* bawahnya terdapat peningkatan yang dapat di lihat dari hasil nilai rata-rata *passing* bawah meningkat menjadi 78,52 dari 71,48 atau 92,59% siswa lulus dan sisanya 7,41% siswa belum lulus.

- 3) Penelitian yang relevan selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Dewinta Mayang Hapsari (2013) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil *Passing* Bawah Melalui Permainan Bola Pantul pada Siswa Kela IV SD Negeri Kalipancur 02 Kecamatan Blado Kabupaten Batang”. Permasalahan yang diteliti oleh Dewinta Mayang Hapsari yaitu mengenai Penerapan Permainan Bola Pantul untuk Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli. Perbedaan dengan penelitan yang peneliti lakukan yaitu terdapat pada penerapan permainannya. Penelitian yang peneliti lakukan yaitu penerapan permainan 4 on 4 untuk Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewinta Mayang Hapsari dapat disimpulkan bahwa metode permainan bola pantul dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli dan dapat membantu guru dalam pembelajaran sehingga sangat efektif untuk di terapkan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian yang meningkat sebanyak 19,35% dari siklus I ke siklus II.
- 4) Kemudian penelitian yang relevan dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah penelitian yang dilakukan oleh Maizal Irwanda Saputra dan Novri Gazali (2023) yang berjudul “Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah melalui Metode Drill”. Perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan terdapat pada metode yang digunakan, metode yang peneliti gunakan yaitu metode permainan 4 on 4 sedangkan persamaan penelitian yang dilakukan yaitu sama-sama berupaya untuk meningkatkan keterampilan atau meningkatkan hasil belajar *passing* bawah. Dari penelitian yang dilakukan oleh Maizal Irwanda Saputra dan Novril Gazali dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan *passing* bawah bola voli melalui metode drill pada peserta didik dengan peningkatan rata-rata keterampilan peserta didik pada saat siklus I dengan kategori kompeten

namun belum mencapai nilai ketuntasan klasikal sebesar 80%, hanya mencapai nilai persentase sebesar 26% dengan jumlah peserta didik yang tuntas sebanyak 10 orang peserta didik serta dengan nilai rata-rata sebesar 47,4. Sedangkan pada siklus II menunjukkan bahwa kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan *passing* bawah bolavoli sudah sangat baik dengan nilai ketuntasan klasikal sebesar 92% dengan jumlah peserta didik yang tuntas sebanyak 36 orang peserta didik serta dengan nilai rata-rata sebesar 86,9.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah suatu hubungan atau keterkaitan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya dari suatu masalah yang akan diteliti. Hal ini sejalan dengan apa yang di ungkapkan oleh Setiadi (dalam Sari, 2020, hlm. 27) “Kerangka konseptual penelitian adalah kaitan atau hubungan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti. Kerangka konsep didapatkan dari konsep ilmu/teori yang dipakai sebagai landasan penelitian”. Kutipan tersebut menjelaskan bahwa kerangka konseptual adalah suatu hubungan yang saling berkaitan antar konsep satu dengan yang lainnya.

Berdasarkan pada pemikiran diatas peneliti mengadakan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran PJOK terutama pada materi *passing* bawah permainan bola voli dengan menggunakan pembelajaran melalui permainan 4 on 4. Hal ini di karenakan ditemukannya hasil belajar *passing* bawah dalam permainan bola voli pada peserta didik kelas VIII A SMP Islam YPP Cilenga masih ditemukan banyak kekurangan dalam pelaksanaannya. Pada pembelajaran PJOK *passing* bawah permainan bola voli sebelumnya minat siswa kurang dalam melaksanakan pembelajaran dan merasa jenuh karna guru hanya memberikan materi pokok tanpa menggunakan permainan. Hal ini membuat siswa merasa jenuh akan materi yang disampaikan guru. Maka dari itu perlu segera dilakukan perbaikan pembelajaran dengan menggunakan konsep bermain 4 on 4 yang akan meningkatkan hasil belajar teknik *passing* bawah pada saat permainan *passing* bawah bola voli.

Permainan *4 on 4* merupakan modifikasi permainan yang dikemas secara sederhana dan menyenangkan. Dimana konsep utama dari permainan *4 on 4 passing* bawah ini adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam *passing* bawah bola voli. Selain itu agar siswa lebih aktif bergerak dalam proses pembelajaran sehingga siswa tidak akan merasa jenuh dengan pembelajaran. Hal ini dikarenakan permainan *4 on 4* menjadikan para peserta didik memiliki tugas untuk melakukan sebuah pertandingan bola voli yang telah di sederhanakan dan di kemas secara menyenangkan. Hal ini akan memungkinkan siswa menjadi lebih antusias untuk mengikuti pembelajaran dan bersungguh-sungguh dalam pembelajaran. Permainan *4 on 4* memberikan kesempatan kepada siswa untuk bermain sekaligus belajar, sehingga kemungkinan besar dalam peningkatan hasil belajarnya akan tercapai karna siswa melaksanakan pembelajaran dengan menyenangkan dan fokus pada pembelajaran.

2.4 Hipotesis Tindakan

Hipotesis tindakan merupakan kendali bagi peneliti agar arah penelitian yang dilakukan tidak kemana-mana selain dari tujuan penelitian. Dengan kata lain, hipotesis dapat diartikan sebagai suatu pernyataan yang belum final yang harus dibuktikan kenyataannya. Menurut Nacmias (dalam Yusuf, n.d.) menyatakan bahwa “Hipotesis merupakan jawaban tentatif terhadap masalah penelitian. Jawaban itu dinyatakan, dalam bentuk hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.” Berdasarkan kerangka berpikir yang di kemukakan, maka paneliti akan mengemukakan hipotesis tindakan sebagai berikut “Pembelajaran dengan menggunakan permainan *4 on 4* dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Islam YPP Cilenga”.