

BAB 2

TINJAUAN TEORETIS

2.1. Kajian Pustaka

2.1.1. Pendidikan

Pendidikan dalam arti sederhana sering diartikan sebagai usaha manusia untuk membina kepribadiannya sesuai dengan nilai-nilai di dalam masyarakat dan kebudayaan. Selanjutnya, pendidikan adalah pengalaman belajar seseorang yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan, pengetahuan, pemahaman, atau keterampilan tertentu. Pendidikan dapat diperoleh melalui lembaga formal maupun non formal. Setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan yang baik dan bermutu yang dikelola oleh pemerintah maupun swasta, seperti lembaga-lembaga tertentu. Hal tersebut dinyatakan dalam Undang-Undang Dasar 1945 pasal 31 ayat 1 yang berbunyi “bahwa setiap warga negara berhak untuk mendapatkan pendidikan”. Karena pendidikan diyakini sebagai pemotong rantai kemiskinan dan meningkatkan mutu sumber daya manusia dalam suatu negara.

Menurut Tharati (2015, hlm. 11) “kegiatan yang dilakukan manusia secara sadar dan terprogram guna membangun personalitas yang baik dan mengembangkan kemampuan atau bakat yang ada pada diri individu manusia agar mencapai tujuan atau target tertentu dalam menjalani hidup”. Sedangkan menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyebutkan:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang dibutuhkan bagi dirinya, masyarakat, dan bangsa”.

Selanjutnya menurut Soepartono (2010, hlm. 1-2) tentang pendidikan:

“Pendidikan sekarang lebih berorientasi kepada bagaimana meningkatkan kecerdasan, prestasi keterampilan dan bagaimana menghadapi persaingan. Kondisi sekolah di Indonesia pada umumnya tidak memiliki sarana dan prasarana, yang cukup layak berkaitan dengan pelajaran pendidikan jasmani. Sebagian besar sekolah, terutama di kota-kota besar, hanya mempunyai halaman yang tidak begitu luas sebagai prasarana untuk proses pelaksanaan belajar mengajar”.

Menghadapi hal tersebut, guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hendaknya dapat mengembangkan pembelajaran dengan memodifikasi ukuran lapangan, peralatan dan peraturan yang disesuaikan dengan kondisi sekolah. Guru berperan sangat penting dalam kondisi seperti apapun ketika mengajar di sekolah yang memiliki sarana dan prasarana yang kurang memadai.

Berdasarkan definisi para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat dan pemerintah melalui berbagai kegiatan dengan menyiapkan dan membekali generasi muda ilmu pengetahuan, pengalaman, dan kemampuan memecahkan masalah yang prosesnya berlangsung dimasa yang akan datang dan berlangsung sepanjang hayat, baik jasmani maupun rohani.

2.2.1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang.

Menurut Mashud (2018, hlm. 78) “Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan. PJOK memiliki kedudukan yang khas dalam pendidikan karena PJOK mengembangkan ranah psikomotor sebagai tujuan utamanya, tetapi tidak mengabaikan pengembangan ranah kognitif dan afektif”. Dilanjutkan oleh Ichsan, dkk (2022, hlm. 9) “Didalam kurikulum 2013 (K13) PJOK didefinisikan sebagai pendidikan yang melibatkan peserta didik dengan lingkungan melalui aktivitas-aktivitas jasmani dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi siswa”. Sejalan dengan itu menurut Qomarulloh (2014, hlm 78) “hakikat PJOK mencakup semua unsur kebugaran, keterampilan gerakan fisik, kesehatan, permainan, olahraga, tari dan rekreasi”.

Pembelajaran PJOK sebaiknya dilakukan di ruang terbuka di sekolah dikarenakan materi pembelajaran yang bukan hanya teori yang ada, tetapi dalam mata pelajaran PJOK peserta didik juga dituntut mempraktekkan teori tersebut dengan baik dan benar.

Berdasarkan definisi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan menurut

para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat dengan mengembangkan ranah psikomotor yang harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar peserta didik lebih mengerti dan aman.

2.3.1. Konsep Belajar

Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Usaha untuk mencapai kepandaian atau ilmu merupakan usaha manusia untuk memenuhi kebutuhannya, mendapatkan ilmu atau kepandaian yang belum dipunyai sebelumnya. Sehingga dengan belajar manusia menjadi tahu, memahami, mengerti, dapat melaksanakan dan memiliki tentang sesuatu. Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah kegiatan belajar mengajar merupakan kegiatan paling pokok. Hal ini berarti bahwa keberhasilan atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan bergantung pada proses belajar yang dilakukan siswa sebagai anak didik. Menurut Isti'adah (2020, hlm. 9) “belajar adalah kegiatan yang berproses dalam menggunakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan bahwa berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan itu amat bergantung pada proses belajar yang dialami siswa baik ketika ia berada di sekolah maupun berada di lingkungan rumah atau keluarganya sendiri”. Belajar menyangkut perubahan organisme, berarti bahwa belajar membutuhkan waktu. Untuk mengukur belajar yang berkaitan dengan perubahan organisme tentunya harus membandingkan cara organisme berperilaku pada waktu pertama dengan cara organisme berperilaku pada waktu kedua dalam suasana yang serupa. Apabila perilaku dalam suasana serupa itu berbeda untuk kedua peristiwa, maka itu berarti telah terjadi proses belajar.

Selanjutnya, menurut Nahar (2016, hlm. 67) “belajar adalah perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman yang diakibatkan adanya interaksi antara stimulus (S) dengan respons (R)”.

Berdasarkan definisi belajar menurut para ahli diatas, sehingga dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan segenap rangkaian kegiatan atau aktivitas yang dilakukan secara sadar oleh seseorang dan mengakibatkan perubahan dalam dirinya berupa peningkatan pengetahuan atau kemahiran berdasarkan alat indra dan pengalamannya.

Menurut Gasong (2018, hlm. 11) “belajar adalah proses internal dalam diri individu, sebagai hasil interaksi dengan lingkungan dengan adanya perubahan tingkah laku baik dapat diamati, maupun yang tidak diamati”. Selanjutnya, menurut Sutiah (2020, hlm. 4) “belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif tetap dan terjadi karena latihan dalam rangka memperteguh pengalaman”. Dari pengertian diatas dapat dipahami belajar merupakan perubahan tingkah laku yang didasarkan pada pengalaman yang telah dialami. Berdasarkan pengalaman-pengamalan yang telah dilalui akan memberikan pengalaman bagaimana menghadapi suatu persoalan.

Menurut Slameto (2010, hlm. 2) tentang belajar:

“belajar secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Rumusan lain: belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam lingkungannya”.

Menurut Fathurrohman (2017, hlm. 4) “belajar adalah proses aktivitas otak dalam rangka menerima informasi, menyerapnya dan juga menuangkannya kembali yang pada akhirnya menghasilkan sikap atau perilaku”.

Berdasarkan definisi belajar menurut para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa belajar itu bukan hanya sebatas kegiatan membaca, mendengarkan, menulis, mengerjakan tugas dan ulangan saja tapi adanya perubahan tingkah laku dari hasil kegiatan proses belajar, dimana didalam proses belajar itu ada interaksi aktif dengan lingkungan dan perubahan tersebut bersifat permanen.

2.4.1. Prinsip – Prinsip Belajar

Untuk menciptakan dan menghasilkan kegiatan belajar dan pembelajaran yang berprestatif dan menyenangkan, perlu diketahui berbagai landasan yakni prinsip-prinsip maupun teori belajar. Prinsip ini dijadikan sebagai dasar dalam upaya pembelajaran, baik bagi siswa maupun bagi guru dalam upaya mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Walujo & Fatirul (2020, hlm. 31-35) “prinsip-prinsip belajar meliputi perhatian dan motivasi belajar pembelajaran, keaktifan belajar, keterlibatan dalam belajar, pengulangan belajar, tantangan semangat belajar, pemberian balikan dan penguatan belajar dan adanya perbedaan individu dalam perilaku belajar”.

Pendapat lain juga dikemukakan oleh Sardiman (2016, hlm 24-25) menjelaskan prinsip – prinsip belajar sebagai berikut :

“1) Belajar pada hakikatnya menyangkut kemampuan manusiawi dan kelakuannya. 2) Belajar memerlukan proses pembelajaran dan kesiapan pada pembelajar. 3) Belajar lebih efektif apabila didorong dengan motivasi dari dalam, kebutuhan atau kesadaran. 4) Belajar merupakan proses percobaan atau pembiasaan. 5) Kemampuan belajar seorang pembelajaran harus dapat mempertimbangkan dalam menentukan materi pembelajaran. 6) Belajar dapat dilakukan dengan cara pembelajaran langsung, pengalaman awal seseorang itu sendiri dan peniruan yang dilakukan oleh orang lain. 7) belajar lebih efektif apabila dilakukan dengan mengalami secara langsung. 8) Kemampuan siswa banyak dipengaruhi oleh pengalaman. 9) materi yang bermakna lebih menarik dan mudah dipelajari. 10) informasi hasil belajar mendorong motivasi dan kesuksesan siswa, 11) belajar mampu diubah dengan berbagai tugas, sehingga dapat melakukan interaksi dalam dirinya sendiri dan mengalami secara langsung”.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip belajar yaitu tersedia materi pelajaran secara lengkap untuk memancing aktivitas peserta didik berupa media pembelajaran. Kemahiran intelektual pendidik yang memiliki kemampuan dalam menafsirkan simbol-simbol, dan bahasa. Mampu menguasai strategi pembelajaran, motivasi positif dan percaya diri dalam belajar, kesiapan proses pembelajaran dan kesiapan pada peserta didik menerima pembelajaran. Setiap peserta didik belajar berdasarkan tempo atau kecepatannya masing-masing, sesuai dengan umur dan kemampuan pengembangan diri yang dimiliki oleh peserta didik.

2.5.1. Hasil Belajar

Menurut Sumantri (2015, hlm. 2) “belajar adalah suatu perubahan perilaku yang relatif permanen dan dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang bertujuan atau direncanakan”. Menurut Rusman (2017, hlm. 1) “belajar merupakan proses mengamati, melihat, menalar, mencoba, mengkomunikasikan, dan memahami sesuatu”. Kegiatan ini dapat diciptakan oleh dua orang, yaitu guru dan siswa, guru yang menciptakan kondisi lingkungan untuk belajar dan perilaku siswa adalah belajar.

Berdasarkan definisi belajar menurut para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh informasi, pengalaman yang sebelumnya tidak didapatkan atau belum diketahui oleh individu tersebut, sehingga menghasilkan suatu perubahan.

Kegiatan belajar ini sangat memberikan dampak atau manfaat khususnya untuk peserta didik, karena peserta didik akan mendapatkan suatu ilmu dan keterampilan yang diperoleh setelah melalui kegiatan belajar. Menurut Gagne (dalam Octavia, 2020, hlm. 3 – 4) hasil belajar berupa:

“1) Keterampilan intelektual: kemampuan seseorang untuk bertinteraksi dengan lingkungannya dengan menggunakan symbol huruf, angka, kata atau gambar. 2) Informasi verbal : seseorang belajar menyatakan atau menceritakan suatu fakta atau peristiwa secara lisan atau tertulis, termasuk dengan cara menggambar. 3) Strategi kognitif : kemampuan seseorang untuk mengatur proses belajarnya sendiri, mengingat dan berfikir. 4) Keterampilan motorik : seseorang belajar melakukan gerakan secara teratur dalam urutan tertentu (*organized*). Ciri khasnya adalah otomatisme, yaitu gerakan berlangsung secara teratur dan berjalan dengan lancar dan luwes. 5) Sikap : keadaan mental yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan pilihan-pilihan yang tepat”.

Menurut Prasetya (2019, hlm. 181) “Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh peserta didik melalui proses belajar mengajar di sekolah dalam kurun waktu tertentu yang meliputi domain kognitif, afektif, dan psikomotorik yang dinyatakan dengan angka dan diukur dengan menggunakan tes hasil belajar”. Tiga dominan ini, yaitu: 1. Kognitif; meliputi; pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan, 2. Afektif; meliputi; sikap, minat, apresiasi, dan penyesuaian diri, 3. Psikomotorik; meliputi; keterampilan dalam penampilan, keterampilan berkomunikasi, keterampilan berhitung, keterampilan dalam bekerja, dan keterampilan dalam hubungan sosial.

Dari penafsiran hasil belajar tersebut peneliti bisa merumuskan bahwa hasil belajar adalah suatu pencapaian atau hasil perolehan dari siswa setelah melalui kegiatan belajar.

2.6.1. Media Pembelajaran

Menurut Hidayat & Juniar (2020, hlm. 105) “media pembelajaran yaitu segala sesuatu bisa berupa manusia, kejadian, atau benda yang dapat digunakan untuk menyalurkan informasi dan merangsang terjadinya perubahan pengetahuan sikap dan keterampilan pada peserta didik. Khususnya perubahan tersebut dilakukan melalui aktivitas fisik bermakna dan menyenangkan sehingga tujuan pembelajaran bisa tercapai”. Sedangkan menurut Ambiyar & Julinus (2016, hlm. 4) yaitu:

“Segala sesuatu yang menyangkut *software* dan *hardware* yang dapat digunakan untuk menyampaikan isi materi ajar dari sumber pembelajaran ke peserta didik (individu atau kelompok), yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat pembelajar sedemikian rupa sehingga proses pembelajaran (di dalam/di luar kelas) menjadi lebih efektif”.

Berdasarkan definisi media pembelajaran menurut para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran merupakan suatu perantara antara pendidik dengan peserta didik dalam pembelajaran yang mampu menghubungkan, memberi informasi dan menyalurkan pesan sehingga tercipta proses pembelajaran efektif dan efisien.

2.7.1. Modifikasi

Secara umum modifikasi adalah sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Sedangkan secara khusus modifikasi adalah upaya untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik. Modifikasi disini lebih terpacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat / sarana dan prasarana yang baru, unik dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

Menurut Lapelani (2010, hlm. 11) mengatakan “modifikasi adalah merubah dari kondisi semula”. Sedangkan menurut KBBI “modifikasi adalah pengubahan”.

Dalam melaksanakan pembelajaran, guru harus kreatif dan selalu berupaya untuk mengatasi kesulitan. Salah satu upaya untuk mengatasi hal tersebut guru harus menciptakan sesuatu peralatan yang sederhana yang mendekati alat sebenarnya, sehingga pembelajaran dapat berlangsung sebagaimana mestinya. Disamping itu, guru juga harus memodifikasi bentuk pembelajaran untuk memotivasi siswa agar tertarik melaksanakan pembelajaran tersebut.

Berdasarkan definisi modifikasi menurut para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan upaya untuk menciptakan sesuatu yang baru, unik, dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pendidikan jasmani.

A. Tujuan Modifikasi

Menurut Samsudin, dkk (2019, hlm. 50) menjelaskan tujuan modifikasi bahwa: “Modifikasi dalam mata pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar: a. siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti latihan, b. meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan c. siswa dapat melakukan pola gerak secara benar”.

B. Modifikasi Pembelajaran

Menurut Bahagia (2010, hlm. 5) “modifikasi juga tidak terfokus pada satu arah saja, yaitu sebagai berikut: a. modifikasi tujuan pembelajaran, b. Modifikasi materi pembelajaran, c. Modifikasi kondisi lingkungan pembelajaran, dan d. Modifikasi evaluasi pembelajaran”. Tujuan modifikasi tersebut dapat penulis jelaskan sebagai berikut:

a. Modifikasi Tujuan Pembelajaran

Dalam modifikasi tujuan pembelajaran terdapat :

1. Tujuan perluasan maksudnya tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan bentuk dan wujud keterampilan yang dipelajarinya tanpa memperhatikan aspek efisiensi dan efektivitas.
2. Tujuan penerapan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan efektivitas gerak atau keterampilan yang dilajarinya.

b. Modifikasi Materi Pembelajaran

1. Komponen Keterampilan, maksudnya guru dapat memodifikasi keterampilan tersebut dengan cara mengurangi atau menambah tingkat kesulitan dengan cara menganalisa dan membagi keterampilan keseluruhan kedalam komponen-komponen, lalu melatihnya perkomponen. Berlatih pembagian ini akan kurang bermakna apabila siswa belum tahu wujud gerak secara keseluruhan. Oleh karena itu berikan gambaran secara keseluruhan terlebih dahulu dengan demonstrasi.
2. Klasifikasi Keterampilan, maksudnya materi pembelajaran yang dipelajari siswa dapat disederhanakan berdasarkan klasifikasi keterampilannya dan memodifikasinya dengan jalan menambah dan mengurangi tingkat kesulitannya.
3. Kondisi Penampilan, maksudnya dapat memodifikasi *skill* dengan cara mengurangi dan menambahkan tingkat kompleksitas dan kesulitannya. Misalnya tinggi rendahnya kecepatan penampilan, tinggi rendahnya kekuatan penampilan, melakukan ditempat atau bergerak, dikurangi atau

ditambah peraturannya. Contoh gerak manipulatif, misalnya : melempar, menangkap, atau memukul dalam permainan.

4. Jumlah Keterampilan, maksudnya dapat memodifikasi pembelajaran dengan menambah atau mengurangi jumlah keterampilan yang dilakukan siswa dengan cara mengkombinasikan gerakan atau keterampilan. Misal : dalam bola voli siswa hanya diperbolehkan lari, lompat, dan memukul bola.

c. Modifikasi Kondisi Lingkungan Pembelajaran

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajaran. Modifikasi lingkungan pembelajaran ini dapat diklasifikasikan kedalam beberapa klasifikasi sebagai berikut:

1. Peralatan

Memodifikasikan peralatan untuk melatih keterampilan dengan mengurangi dan menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan. Misalnya, berat-ringannya, besar-kecilnya, tinggi-rendahnya, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan. Dengan demikian, mengurangi atau menambahkan tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas gerak yang harus dikuasai oleh siswa yaitu dengan cara memodifikasi peralatan, yang dilakukan oleh penulis disini yaitu memodifikasi bola yang digunakan dalam bermain bola voli.

Disini peneliti memodifikasi 2 macam variasi bola voli, yaitu: bola karet dengan berat 100 gram dan bola plastik yang dilapisi busa spon uk 0,5 mm dengan berat 180-200 gram.



Gambar 2.1 Variasi Modifikasi Bola Karet

Sumber: Gaffar, 2023 (Dokumen Pribadi)



Gambar 2.2 Variasi Modifikasi Bola Plastik

Sumber: Gaffar, 2023 (Dokumen Pribadi)

Pada Gambar 2.2 diatas peneliti menggunakan bola plastik yang dilapisi busa spon dengan daya pantul yang sama seperti pada gambar 2.1 tetapi berat yang digunakan pada bola plastik yang dimodifikasi ini lebih berat dari bola karet sebelumnya. Variasi modifikasi bola yang digunakan peneliti memiliki berat sekitar 150-240 gram dan memiliki diameter hampir sama dengan yang sebenarnya yaitu sekitar 18-20 cm, sedangkan untuk ukuran keliling bola adalah sekitar 60-65 cm, sedangkan berat bola voli sebenarnya adalah sekitar 260-280 gram dan memiliki diameter sekitar 18-20 cm.

Langkah – langkah membuat modifikasi bola voli :

- a. Buat pola atau bentuk sesuai keinginan pada berbagai macam warna spons.
- b. Gunting pola atau bentuk yang sudah dibuat.
- c. Tempel pola atau bentuk yang sudah digunting menggunakan lem.
- d. Apabila menggunakan berbagai warna spons, rekatkan pola atau bentuk dengan rapih, agar terlihat menarik.
- e. Modifikasi bola voli siap digunakan.

Tujuan memodifikasi bola voli ini yaitu agar siswa tidak takut ketika melakukan *passing* bawah, dengan cara melapisi bola plastik dengan menggunakan spons halus berwarna – warni semenarik mungkin.



Gambar 2.3 Hasil Variasi Modifikasi Bola Voli

Sumber: Gaffar, 2023 (Dokumen Pribadi)

2. Jumlah Siswa yang Terlibat

Kondisi lingkungan pembelajaran yang memenuhi syarat untuk cabang olahraga tertentu, artinya memodifikasi lingkungan yang ada dan menciptakan baru, merupakan salah satu alternatif yang dapat dikembangkan oleh guru sebagai Upaya untuk menyesuaikan dengan karakteristik dan pengembangan siswa. Berkaitan dengan modifikasi lingkungan pembelajaran tersebut komponen-komponen penting yang dapat dimodifikasi meliputi ukuran, berat, atau bentuk peralatan yang digunakan lapangan permainan, waktu bermain atau lamanya permainan, peraturan permainan, dan jumlah pemain.

d. Modifikasi Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi materi maksudnya adalah penyusunan aktivitas belajar yang terfokus pada evaluasi skill yang sudah dipelajari siswa pada berbagai situasi. Aktivitas evaluasi dapat merubah fokus perhatian siswa dari bagaimana seharusnya suatu skill dilakukan menjadi bagaimana skill itu digunakan atau apa tujuan keterampilan tersebut.

Yang dimaksud disini adalah mengevaluasi hasil pembelajaran yaitu performa atau skill siswa dalam melakukan teknik *passing* bawah bola voli, apabila ada kekurangan akan diperbaiki pada pertemuan selanjutnya, jika sudah meningkat performa atau skillnya maka harus dipertahankan. Rancangan dari modifikasi evaluasi pembelajaran ini yaitu hasil evaluasi yang sudah dilakukan pada

pertemuan pertama akan dijadikan bahan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dipertemuan selanjutnya.

Berdasarkan definisi modifikasi menurut para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan upaya untuk menciptakan sesuatu yang baru, unik, dan menarik. Serta tujuan modifikasi dalam pembelajaran ini agar siswa dapat meningkatkan performa, paham, puas, dan dimudahkan dalam menggunakan alat yang digunakan dalam proses pembelajaran.

2.8.1. Bola Voli

2.1.8.1. Pengertian Bola Voli

Bola voli adalah salah satu jenis pembelajaran bola besar yang dimainkan oleh dua tim setiap tim ada 6 orang permainan ini memerlukan koordinasi dan kerjasama tim. Menurut Tapo (2019, hlm. 21) “olahraga permainan bola besar yang dimainkan pada area permainan (lapangan) khusus oleh dua regu dengan masing-masing regu terdiri dari enam pemain, yang memainkan bola dengan ketentuan khusus untuk menyeberangi bola melewati jaring (net)”. Permainan bola voli terdiri dari berbagai teknik yang dapat dikuasai. Salah satunya teknik *passing* bawah yang merupakan teknik dasar paling awal untuk dikuasai.

Selanjutnya menurut Isnanto (2019, hlm. 9) “Bola voli adalah olahraga permainan yang terdiri dari dua grup. Masing-masing grup saling berlawanan dan memiliki anggota tim sebanyak enam orang. Selain dapat dimainkan secara beregu, terdapat juga variasi permainan bola voli yang dapat dimainkan secara berpasangan ataupun satu lawan satu”.

Berdasarkan definisi bola voli menurut para ahli, sehingga dapat disimpulkan bahwa bola voli merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh enam orang di setiap timnya. Tujuan dari permainan bola voli adalah menjaga bola agar tidak jatuh kelantai. Dalam permainan bola voli ini perlu adanya penguasaan teknik yang baik agar permainan berlangsung dengan baik dan menyenangkan.

Menurut Isnanto (2019, hlm. 10-18) menyatakan “lapangan pada permainan bola voli yaitu berbentuk segi empat persegi panjang dengan ukuran lebar 9 meter, panjang 18 meter, lebar garis 5 senti meter. Jaring net yang digunakan lebar 1 meter, panjang 9,5 meter, tinggi jaring net voli putra 2,43 meter sedangkan voli putri 2,24 meter dengan mata jarring 10 cm. Untuk ukuran bola voli standar yaitu diameter

18-20 cm, sedangkan untuk keliling bola voli yaitu 65-67 cm, berat 250-280 gram, terdiri dari 12-18 jalur/garis, tekanan udara 0,84 kg/cm² – 0,52 kg/cm². Satu tim berjumlah enam orang dengan disertai pemain cadangan juga sebanyak enam orang. Tempo permainan bola voli setiap regu mengumpulkan poin sampai 25 dalam satu *set* dalam bentuk *rally poin*”.

2.1.8.2. Teknik Dasar Pada Permainan Bola Voli

Menurut Rahmani (2014, hlm. 115) tentang teknik dasar bola voli, yaitu:

“Dalam cabang olahraga bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang dapat dipelajari, diantaranya servis, passing, smash, dan blocking. Permainan pada cabang olahraga bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai yaitu servis untuk memulai permainan, passing untuk bertahan dan mengumpan, smash untuk menyerang, dan *blocking* untuk bertahan dari penyerangan *smash*”.

Fungsi teknik dasar pada permainan bola voli dijelaskan Isnanto, (2019, hlm. 26) menjelaskan sebagai berikut:

“(1) Servis: pukulan yang dilakukan dari daerah garis belakang lapangan permainan hingga melambung keatas net dan mendarat di dalam daerah lawan, (2) Passing: mengoperkan bola kepada teman seregunya dengan teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. (3) *Smash* : gerakan melompat dan memukul bola voli dengan derajat kemiringan terkecil dan kekuatan terbesar kearah daerah lawan, (4) Blocking: menahan dan mencegah serangan dari lawan seperti smash”.

1. Servis

Menurut Mulyadi, D & Pratiwi, E (2020, hlm. 10) “Servis adalah pukulan bola yang dilakukan di daerah sebelah kanan belakang dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) melampaui net ke daerah lawan”. Pukulan service dapat berupa serangan bila bola dipukul dengan keras dan terarah atau (*Jump Servis*). Servis yang keras juga dapat berbentuk serangan yang pertama dalam permainan bola voli. Pada dasarnya servis dibagi menjadi 3, yaitu: servis atas, servis bawah, dan servis menyamping.

a) Servis Bawah

Servis bawah adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka atau menggenggam, dimana pukulan ini dilakukan dengan cara bola sedikit dilambungkan kemudian dipukul dibagian bawah pusar perut, kemudian pukul kearah daerah lawan hingga menyebrang net.

Berikut merupakan teknik servis bawah dalam permainan bola voli :

- 1) Berdiri dengan tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan.
- 2) Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul.
- 3) Lambungkan bola hingga ke atas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan mengayunkan tangan ke arah bola.
- 4) Selanjutnya langkahkan kaki belakang ke depan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.

b) Servis Atas

Servis atas adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka dan rapat, serta bola dipukul menggunakan telapak tangan. Beberapa kesalahan yang sering terjadi ketika servis atas adalah posisi tubuh ketika berdiri dengan tangan sambil memegang bola yang bersentuhan anggota tubuh lainnya, kedua kaki yang sejajar bahu dan tangan yang digunakan untuk memukul, bola tidak dilambungkan hingga dipukul dengan mengayunkan tangan ke arah bola.

Teknik servis atas dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut :

- 1) Berdiri dengan tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan.
- 2) Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul.
- 3) Lambungkan bola hingga ke atas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan mengayunkan tangan lewat atas ke arah bola.
- 4) Selanjutnya langkahkan kaki belakang ke depan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.

2. *Passing*

Menurut Mulyadi, D & Pratiwi, E (2020, hlm. 14) “*Passing* merupakan usaha atau upaya seseorang pemain dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan, yang tujuannya adalah untuk memperoleh bola kepada teman secepatnya untuk dimainkan di lapangan sendiri”. Lanjut menurut Nuril Ahmadi (2007, hlm. 22) “*Passing* dapat dilakukan dengan cara *Passing* atas dan *Passing* bawah”.

1) *Passing* bawah

Menurut Pasha (2019, hlm. 26) tentang *passing* bawah yaitu:

“*passing* bawah yaitu memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah. Kegunaan *passing* bawah antara lain: (a) untuk menerima bola servis, (b) untuk penerima bola dari lawan yang berupa serangan / *smash*, (c) untuk pengambilan bola setelah terjadi *blook* atau bola dari pantulan net, (d) untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh diluar lapangan permainan, (e) untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya”.

2) *Passing* atas

Passing atas merupakan teknik operan dengan dua tangan terbuka di atas kepala dalam permainan bola voli.

Menurut Mulyadi, D & Pratiwi, E (2020, hlm. 17) “cara melakukan *Passing* atas adalah sebagai berikut:

- a. Berdiri seimbang dengan tumpuan dua kaki dan salah satu kaki di depan.
- b. Pandangan diarahkan pada bola dan badan sedikit condong ke depan.
- c. Kedua tangan terbuka di atas kepala dengan siku bengkok ke samping, serta boleh kedua lutut ditekuk (merendah).
- d. Dorong bola ke atas dengan menggunakan pangkal jari-jari tangan diikuti dengan gerakan meluruskan kedua siku dan kedua lutut sehingga badan lurus.
- e. Sikap akhir merupakan gerak lanjutan dari kedua lengan diikuti oleh anggota tubuh lainnya”.

3. *Smash*

Menurut Mulyadi, D & Pratiwi, E (2020, hlm. 17) “*smash* adalah suatu tindakan memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola bisa memasuki lapangan lawan”. Gerakan ini dilakukan ketika bola sedang melambung diatas net baik yang dihasilkan dari umpan atau bola yang berasal dari arah lawan yang dimanfaatkan untuk melakukan pukulan keras. *Smash (spike)* merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha membuat kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan dalam permainan bola voli yang gemilang dalam melakukan *smash* in diperlukan raihan yang tinggi atau kemampuan meloncat yang tinggi, serta power otot lengan yang baik.

Smash merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan yang kompleks yang terdiri dari :

- a. Langkah awalan
- b. Tolakan untuk meloncat
- c. Memukul bola saat melayang diudara

d. Saat mendarat kembali setelah memukul bola

4. *Blocking*

Menurut Yusmar (2017, hlm. 145) “teknik blok merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Blok dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (kekiri dan kekanan saat tangan melakukan blok) atau tangan pasif, artinya pemain hanya menjulurkan tangan keatas tanpa digerakkan”. Lanjut menurut Mulyadi, D & Pratiwi, E (2020, hlm. 22) “teknik dengan membendung bola yang dilakukan hanya oleh seorang pemain saja dinamakan teknik bendungan tunggal. Sedangkan membendung bola dilakukan oleh dua orang pemain bahkan lebih dinamakan bendungan ganda.

Menurut Mulyadi, D & Pratiwi, E (2020, hlm. 23 – 25) teknik *blocking* terdiri dari “*blocking* tunggal (perorangan), dan *blocking* ganda (berpasangan).

(1) *Blocking* Tunggal (perorangan) atau bendungan, yaitu salah satu pertahanan yang dilakukan seorang tim dengan cara melompat setinggi-tingginya dengan menluruskan kedua lengan ketika bola masih berada diwilayah lawan. Cara melakukan bendungan perorangan sebagai berikut :

a. Tahap Persiapan

Untuk mengawali bendungan terlebih dahulu posisi pemain khusus yang berada didalam garis serang, sudah pasti dekat dengan net (menempel net) dengan posisi kedua lengan lurus keatas dan jari-jari dibuka secukupnya.

b. Tahap Pelaksanaan

Pandangan lurus kearah lawan mengikuti jalannya bola, seorang pemain yang profesional sudah dapat memprediksi/ membaca situasi dimana bola akan diumpan oleh tosser lawan. Kemudian ketika bola akan datang yang berasal dari smash lawan tepat diatas net lakukan pembendungan dengan melompat setinggi-tingginya dengan menyesuaikan kemana arah bola akan turun.

c. Tahap Lanjutan

Setelah melakukan *blocking* atau bendungan perorangan yang dilakukan pemain kembali mendarat dengan kedua kaki ngeper serta hindari anggota badan mengenai net agar tidak terjadi pelanggaran.

(2) *Blocking* ganda bendungan berpasangan merupakan salah satu pertahanan yang dilakukan seorang tim dimana dilakukan secara bersamaan baik dua pemain atau lebih. Berikut cara-cara melakukan bendungan berpasangan :

a. Tahap Persiapan

Untuk mengawali bendungan terlebih dahulu posisi beberapa pemain khusus yang berada didalam garis serang berdiri sejajar, sudah pasti dekat dengan net (menempel net) dengan posisi kedua lengan lurus keatas dan jari-jari dibuka secukupnya.

b. Tahap Pelaksanaan

Pandangan lurus kearah lawan mengikuti jalannya bola, ketika bola melambung diatas net yang masih berada diwilayah lawan, sebelum

terjadinya attack (serangan) dari lawan pemain sudah bergerak sejajar memprediksi tepat turunnya bola yang akan dipukul lawan. Tepat diatas net lakukan pembendungan dengan melompat setinggi tingginya secara bersamaan baik berdua hingga ber tiga sekaligus dengan menyesuaikan kemana arah bola akan turun.

c. Tahap Lanjutan

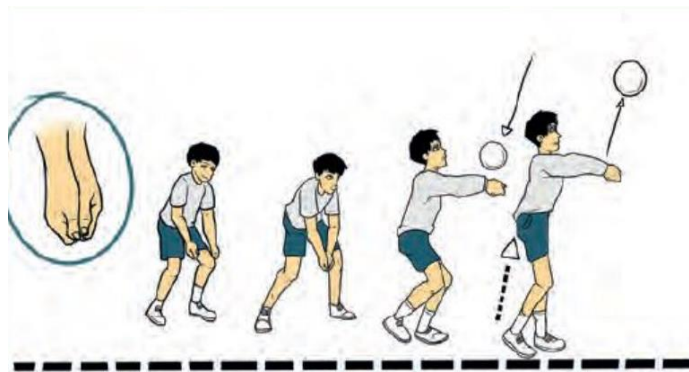
Setelah melakukan blocking atau bendungan berpasangan yang dilakukan pemain kembali mendarat dengan kedua kaki ngeper serta hindari anggota badan mengenai net agar tidak terjadi pelanggaran. Kemudian perhatikan hasil bendungan yang dilakukan, jika bendungan berhasil dilakukan bola masih berada didalam wilayah maupun diluar wilayah harus segera diselamatkan dengan kembali melakukan passing”.

Dari beberapa pengertian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa teknik *blocking* merupakan teknik bertahan dalam permainan bola voli yang digunakan untuk mencegah lawan dari pukulan serangan yang berhasil.

2.1.8.3. Teknik *Passing* Bawah Pada Permainan Bola Voli

Menurut Ryandi (2018, hlm. 3) “passing bawah adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli dan merupakan upaya seorang pemain untuk mengoper bola kepada teman satu regunya dengan menggunakan pergelangan tangan yang dirapatkan”. *Passing* ini biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun dari kawan regu, yang memiliki ciri sulit; misalnya bola rendah, cepat, keras atau yang datang tiba-tiba, namun masih dapat dijangkau oleh kedua tangan. Kadang kala juga *passing* bawah digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti *passing* dan umpan.

Menurut Yulianti & Roji (2017) Cara-cara melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:



Gambar 2.4 Cara-Cara Melakukan *Passing* Bawah
Sumber : Buku PJOK Kelas 8 (hlm. 29).

“Tahapan Pembelajaran :

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.”

Dari pendapat diatas disimpulkan bahwa teknik dasar *passing* bawah harus dilakukan sesuai dengan urutannya jika menginginkan hasil yang baik dan benar.

2.1.8.4. Kesalahan dalam Melakukan *Passing* Bawah

Kesalahan-kesalahan umum pada pelaksanaan teknik *passing* bawah menurut Ryandi (2018, hlm 3) diantaranya “(1) Bola jatuh pada kepalan tangan, (2) Dua lengan bawah kurang sejajar. (3) Lutut tidak ditekuk, (4) Tidak ada koordinasi antara gerakan lengan, badan, dan kaki, (5) Arah bola yang tidak beraturan”.

Fokus yang menjadi salah satu cara untuk meminimalisir kesalahan-kesalahan pada pelaksanaan teknik *passing* bawah. Upaya untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan pelaksanaan teknik *passing* bawah antara lain : (1) Bola jatuh disekitar pergelangan tangan, (2) Lengan bawah harus sejajar, (3) Lutut ditekuk, (4) Adanya koordinasi antara gerakan lengan, badan, dan kaki, (5) Arah bola beraturan.

2.2. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian yang penulis lakukan ini adalah penelitian yang sudah dilakukan oleh Akmal Muhammad Al-Ghifarie mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi tahun 2022. Dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Model Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL)”. Perbedaan penelitian ini terjadi pada permasalahan penulis dengan permasalahan yang sudah diteliti oleh Akmal Muhammad Al-Ghifarie dari segi variabel bebas atau X. Variabel bebas yang digunakan oleh penulis adalah modifikasi bola, sedangkan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dan sama-sama untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah dalam bola voli sebagai variabel terikatnya sehingga dari hasil dari

penelitian tersebut menyatakan dengan menggunakan model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli.

Penelitian selanjutnya yang pernah dilakukan oleh Ratni Zelila Pasha mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi tahun 2019. Dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Teknik Dasar *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Dengan Menggunakan Bola Modifikasi.

Hasil dari penelitian tersebut menyimpulkan bahwa dengan menggunakan bola modifikasi dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah pembelajaran bola voli.

2.3. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual atau asumsi diperlukan dalam suatu penelitian terutama berguna untuk menjadi dasar perumusan hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Kerangka konseptual adalah keterkaitan antara teori-teori atau konsep yang mendukung dalam penelitian yang digunakan sebagai pedoman dalam Menyusun sistematis penelitian. Kerangka konseptual menjadi pedoman peneliti untuk menjelaskan secara sistematis teori yang digunakan dalam penelitian.

Menurut penulis bola voli merupakan olahraga yang sangat sederhana dan tidak memerlukan banyak biaya yang beranggotakan 6 orang pemain. Permainan bola voli sangat digemari oleh masyarakat di desa maupun di kota. Permainan bola voli juga dapat dijadikan sarana atau wadah untuk siswa yang mempunyai kemampuan atau keterampilan untuk meraih prestasik. Namun yang seringkali menjadi hambatan bagi siswa dalam pembelajaran bola voli disekolah yaitu siswa merasa kesulitan pada saat melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Faktor yang menyebabkan kesulitan peserta didik pada saat pembelajaran bola voli yaitu peserta didik takut ketika menerima bola. Ketika pada saat pembelajaran menggunakan bola yang sebenarnya peserta didik kesakitan karena tekstur bola voli yang sebenarnya berat dan keras, takut menerima bola, dan tidak tepat pada sasaran saat melakukan *passing* bawah.

Untuk itu agar masalah ini dapat teratasi maka penulis menggunakan bola karet dan bola plastik yang dilapisi busa spon dengan ukuran berat bola dari ringan menuju berat sebagai alat modifikasi dari bola voli yang sesungguhnya. Hal ini bertujuan agar

dapat memperbaiki teknik dasar dalam melakukan *passing* bawah pada peserta didik sehingga dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah.

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 adalah suatu kesimpulan, tetapi kesimpulan ini belum final, masih harus dibuktikan kebenarannya. Menurut Sugiyono (2019, hlm. 99) “Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian dan didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Hipotesis dirumuskan atas dasar kerangka pikir yang merupakan jawaban sementara atas masalah yang dirumuskan”.

Berdasarkan kerangka berpikir di atas, hipotesis tindakan penelitian ini adalah “modifikasi bola dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa kelas IX H SMP Negeri 4 Tasikmalaya”.