

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. Permainan Bolavoli

a. Pengertian Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli adalah permainan beregu dimana melibatkan lebih dari satu orang pemain, misalnya bolavoli pantai terdiri dari dua orang pemain tiap regu, bolavoli sistem internasional tiap regu terdiri dari enam pemain (Bachtiar, 2004 : 1.16). sedangkan menurut Muhajir (2006 : 16) bolavoli dimainkan oleh dua regu terdiri bawah enam pemain. Tiap regu berusaha menempatkan bola di daerah lawan untuk memperoleh angka (point). Regu yang pertama mencapai angka 25 adalah regu yang menang.

Sejalan dengan kedua pendapat dibawah, dalam Agus Kristiyanto (2010 : 21) dijelaskan bahwa : jumlah pemain yang terdapat pada masing-masing team adalah 6 orang. Selain itu, dalam satu tim biasanya juga membawa 3 hingga 6 pemain cadangan. Biasanya, permainan dimulai dengan menggunakan sistem coin toss, yaitu wasit melemparkan koin dua sisi keudara, kemudian menangkapnya kembali dalam keadaan ditutup dengan tangan. Kedua perwakilan team diminta untuk menebak gambar sisi koin yang tampak. Bagi yang jawabannya benar, maka teamnya yang berhak menjadi server (yang melakukan servis pertama kali).

Dari penjelasan dibawah dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli merupakan salah satu keterampilan memainkan bola dengan kerjasama team yang solid yang terdiri dari dua grup, masing-masing grup terdiri dari 6 pemain dan team yang pertama melakukan servis dapat ditentukan melalui undi, permainan akan berakhir bila satu regu mencapai skor 25 dan team tersebut dianggap sebagai pemenangnya. Permainan ini

dilakukan dua kali (dua set) atau tiga kali apabila satu team tidak dapat mencapai skor 25 dalam dua kali berturut – turut.

Cabang olahraga bolavoli menumbuhkan aktivitas aktif populer di masyarakat, namun dari berbagai kajian ilmiah tentang perbolavolian yang telah dan sedang dilakukan oleh para pakar, sepertinya belum ada semacam mekanisme yang kuat untuk menjadikan masyarakat kita mengetahui luar-dalamnya bolavoli (Agus Kristiyanto, 2010 : 2). Oleh karena itu, masyarakat harus memahami secara lebih cerdas bahwa bolavoli bukanlah sekedar aktivitas, tetapi harus dikaji juga tentang fungsinya sebagai instrument untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu yang bermanfaat bagi masyarakat.

b. Bolavoli Mini (Mini Volley Ball)

Dengan pesatnya perkembangan voli di dunia tentu negara-negara anggota FIVB berlomba-lomba mencapai prestasi setinggi-tingginya. Salah satu usaha untuk menunjang pencapaian prestasi yang baik ialah penerapan teknik dasar voli sedini mungkin melalui pembinaan voli mini.

Peraturan permainannya diserahkan kepada negara masing-masing untuk disesuaikan dengan situasi dan kondisi masing-masing. Di Indonesia pembinaan voli mini sudah dilaksanakan bekerja sama dengan Depdikbud didaerah - daerah.

Untuk peraturan permainannya sementara ditetapkan sebagai berikut:

- 1) Ukuran lapangan 5,5 m x 11 m (bisa lapangan badminton)
- 2) Tinggi net putra 215 cm,dan putri 210 cm
- 3) Jumlah pemain 4 orang pemain dengan pemain cadangan 2 orang
- 4) Umur pemain antara 9 – 13 tahun
- 5) Ukuran bola nomor 4 (lebih kecil dari bola standar)
- 6) Kemenangan pertandingan, two wining sets

commit to user

c. Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Menurut Bachtiar (2004 : 2.10-2.11) bahwa teknik dasar permainan bolavoli terdiri dari :

1) Servis

Servis adalah pukulan permulaan untuk memulai permainan, sesuai dengan peningkatan mutu permainan, servis sekarang sudah merupakan serangan untuk mematikan boladipihak lawan atau supaya lawan tidak dapat menerima bola dengan baik.

Karena kedudukan servis sangat penting, maka para pelatih berusaha menciptakan bermacam - macam servis yang dapat menyulitkan lawan untuk mengembalikan bola dan jika mungkin langsung membuat angka.

2) Passing

Passing dalam permainan bolavoli merupakan suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dengan satu atau dua tangan dengan tujuan untuk mengarahkan bola ke suatu tempat atau teman seregu untuk selanjutnya dimainkan kembali. Istilah lain yang dipakai dalam permainan bolavoli adalah set up atau dalam Bahasa Indonesia disebut umpan. Jika umpan dimaksudkan adalah sajian yang diberikan kepada teman seregu untuk dipukul dengan tujuan melakukan serangan ke petak permainan, sedangkan passing tujuannya agar bola dimainkan selanjutnya untuk mengatur serangan.

Passing dapat dilakukan, seperti : a) Passing bawah meliputi sikap permulaan, gerakan pelaksanaan, gerakan lanjutan, dan b) passing bawah yang meliputi sikap permulaan, gerakan pelaksanaan, dan gerakan lanjutan.

3) Smash atau Spike

Smash adalah pukulan yang utama dalam melakukan penyerangan ke daerah lawan. Smash merupakan modal untuk mendapatkan angka atau mematahkan servis lawan. Pada teknik smash inilah letak seninya permainan bolavoli. *commit to user*

4) Bendungan atau Block

Bendungan adalah usaha untuk menahan serangan lawan dengan cara mengangkat kedua tangan dibawah net dan menutup jalan bola ke daerah lapangan sendiri.

Bendungan merupakan benteng pertahanan pertama untuk menggagalkan serangan lawan. Bendungan yang dilakukan dengan baik dapat merupakan penyerangan untuk menggagalkan serangan lawan. Bendungan dapat dilakukan sendiri, berdua, dan bertiga, yang dalam permainan bolavoli sering disebut block satu, block dua, atau block tiga.

Berdasarkan pengertian teknik dasar bolavoli yang dikemukakan tiga ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, teknik dasar permainan bolavoli merupakan suatu proses gerak tubuh yang dibuktikan dengan praktek yang dilakukan dengan sebaik mungkin dalam arti efektif dan efisien untuk menyelesaikan tugas yang pasti guna mencapai hasil yang baik dalam permainan bolavoli. Teknik permainan bolavoli merupakan aktivitas jasmani yang menyangkut cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal.

d. Pentingnya Menguasai Teknik Dasar Bolavoli

Hal yang mendasar dan harus dikuasai agar dapat bermain bolavoli adalah menguasai macam-macam teknik dasar bolavoli. Tanpa menguasai teknik dasar bolavoli tidak mungkin mencapai prestasi bolavoli yang optimal. Dalam hal ini Marta Dinata (2004: 5) menyatakan, “Untuk meningkatkan prestasi, seorang pemain bolavoli harus menguasai beberapa teknik dasar terlebih dahulu. Teknik dasar merupakan faktor utama selain kondisi fisik, taktik dan mental”.

Penguasaan teknik dasar bolavoli merupakan unsur yang sangat mendasar untuk mencapai prestasi bolavoli, selain faktor fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bolavoli merupakan faktor utama yang harus dikembangkan melalui latihan yang baik dan teratur. Berkaitan dengan teknik

dasar bolavoli M. Yunus (1992:68) menyatakan, “Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal”. Menurut Soedarwo dkk. (2000:6) bahwa, “Teknik dasar bolavoli adalah proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga permainan bolavoli”. Sedangkan Dieter Beutelstahl (2003:9) berpendapat, “Teknik merupakan prosedur yang telah dikembangkan berdasarkan praktek, dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problem pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna”.

2. Servis Bolavoli

a. Fungsi Servis dalam Permainan Bolavoli

Teknik dasar servis dalam permainan bolavoli terus berkembang. Pada awalnya servis merupakan penyajian bola pertama sebagai tanda dimulainya permainan. Seiring dengan perkembangan permainan bolavoli dan penerapan taktik dan strategi permainan bolavoli, pukulan servis memiliki fungsi ganda yaitu sebagai tanda dimulainya permainan dan sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan servis. Novia Lestari (2007: 176) menyatakan”Servis adalah kontak dengan bola yang memulai permainan untuk memulai setiap rally”. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20) bahwa, “Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan”.Sedangkan Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 61) menyatakan, “Servis adalah awal terjadinya suatu permainan bolavoli. Akan tetapi dalam perkembangannya servis menjadi salah satu serangan pertama yang sangat penting”.

Berdasarkan tiga pendapat tersebut menunjukkan bahwa, servis dalam permainan bolavoli merupakan tanda dimulainya permainan dan berfungsi sebagai serangan pertama untuk mendapatkan point bagi regu yang mendapat kesempatan servis. Dengan sistem penilaian relly point,maka servis mempunyai pengaruh besar terhadap jalannya seluruh permainan. Seperti

Deiter Beutelstahl (2003:9) bahwa, “Servis yang baik mempengaruhi seluruh jalannya pertandingan”. Hal ini artinya, angka atau point dapat dihasilkan melalui servis yang baik dan bahkan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim. Tetapi kegagalan servis juga menguntungkan pihak lawan, yaitu bola berpindah dan lawan mendapatkan angka. Oleh karena itu, dalam melakukan servis hendaknya lebih berhati-hati agar bola dapat masuk ke daerah permainan lawan dan lawan sulit untuk menerimanya. Barbarra L. Viera dan Bonnie Jill Ferguson (1996: 27) menyatakan, “Dalam suatu pertandingan sangat penting bagi anda untuk melakukan servis dengan konsisten yaitu paling tidak 90% dari servis anda dapat melewati net ke daerah lawan”. Oleh karena itu, dalam melakukan servis harus dibuat sesulit mungkin agar lawan sulit mengembalikan atau bahkan langsung mati. Menurut Soedarwo dkk. (2000 : 38) cara mempersulit bola servis pada dasarnya berkaitan dengan, “ 1) kecepatan, kurve dan belak-belok jalannya bola dan, 2) penempatan bola diarahkan pada titik-titik kelemahan lawan”.

Kunci keberhasilan pukulan servis yaitu bola dapat menyeberang melewati net, laju bola sulit diantisipasi lawan dan diarahkan pada titik kelemahan lawan. Kemampuan seorang pemain melakukan pukulan servis yang sulit atau mengarahkan pada titik kelemahan lawan,

maka akan menyulitkan lawan untuk menerimanya atau bahkan lawan langsung mati.

b. Servis Bawah

Berdasarkan cara pelaksanaannya, servis bolavoli dibedakan menjadi dua yaitu servis tangan bawah (*underhand service*) dan servis bawah (*overhead service*). Servis bawah merupakan bentuk servis yang sederhana dan tujuan servis bawah biasanya hanya sekedar menyeberangkan bola ke daerah permainan lawan. Seperti dikemukakan Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 61) bahwa, “Servis dari bawah merupakan bentuk servis yang paling mudah untuk dilakukan. Tujuan servis bawah adalah melambungkan bola menuju lapangan lawan melintasi jaring”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, servis bawah kurang memiliki efektivitas untuk melakukan serangan, jika dibandingkan dengan servis bawah. Hal ini karena, servis bawah tidak mungkin dapat mempercepat laju bola, sehingga lawan mudah untuk menerimanya. Seperti dikemukakan Agus Mukholid (2004:35) bahwa, “kelemahan servis tangan bawah adalah mudah diterima dan lintasannya melambung tinggi sehingga mudah diantisipasi lawan”.

Berdasarkan macamnya servis bawah dibedakan menjadi beberapa macam. Amung Ma'mum dan Toto Subroto (2001: 62) mengelompokkan jenis servis bawah yaitu, “Servis pangkal lengan, servis arah luar, servis arah dalam, servis menyamping, servis bola melayang dan servis tinju”. Berdasarkan macam-macam jenis servis bawah tersebut, maka membelajarkan servis bawah bagi siswa pemula adalah langkah yang harus dilakukan untuk menuju pada permainan yang menuntut keterampilan servis yang baik agar nantinya siswa mampu melakukan servis sebagai serangan. Oleh karena itu, dalam melakukan servis hendaknya berhati-hati. Hal ini karena sistem penilaian permainan bolavoli yaitu relly point, maka kegagalan servis merupakan keuntungan bagi pihak lawan. Oleh karena itu, bagi tim yang mendapat kesempatan servis harus mampu dimanfaatkan seoptimal mungkin.

Hal terpenting dan harus diperhatikan dalam melakukan servis bolavoli yaitu harus dilakukan seefektif dan sesulit mungkin agar lawan tidak dapat menerimanya untuk selanjutnya menyusun serangan. Seperti dikemukakan Dieter Beutelstahl (2003: 70) bahwa servis dapat bertujuan untuk “(1) langsung meraih angka kemenangan, (2) menghalang-halangi formasi penyerangan pihak lawan”.

Ketepatan dan keakuratan penempatan bola dalam melakukan servis merupakan hal penting untuk memperoleh hasil servis yang optimal. Apabila pemain mampu mengarahkan servisnya ke tempat yang tidak dijaga atau pemain yang paling lemah, maka servis akan berhasil dengan baik. Hal ini karena, lawan tidak mempunyai kesempatan menyusun serangan karena servis yang tidak sempurna atau bahkan lawan langsung mati.

c. Teknik Servis Bawah Bolavoli

Keberhasilan servis bawah tidak terlepas dari penguasaan teknik yang baik dan benar. Teknik yang benar akan menghasilkan pukulan servis yang baik dan efektif. Sedangkan kesalahan teknik servis adalah sebuah kegagalan, sehingga akan menguntungkan pihak lawan. Berkaitan dengan teknik servis bawah, M. Yunus(1992: 68) mengelompokkan teknik servis bawah terdiri tiga bagian yaitu, “ 1) sikap permulaan, 2) gerakan pelaksanaan dan 3) gerak lanjut”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, teknik servis bawah bolavoli terdiri tiga bagian yaitu sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut. Dari ketiga teknik tersebut harus dirangkaikan dalam satu gerakan yang utuh dan harmonis. Untuk lebih jelasnya berikut ini diuraikan teknik pelaksanaan servis bawah sebagai berikut:

1) Sikap Permulaan

Sikap permulaan servis bawah yaitu: berdiri di daerah servis menghadap kelapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Bola dipegang pada tangan kiri, tangan kanan boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut agak ditekuk sedikit dan berat badan berada di tengah.



Gambar 1. Persiapan Servis Bawah

2) Gerakan Pelaksanaan

Gerakan pelaksanaan servis bawah yaitu: bola dilambungkan di depan pundak kanan, setinggi 10 sampai 20 cm dan pada saat yang bersamaan tangan kanan ditarik ke belakang, kemudian diayunkan ke arah depan bawah dan mengenai bagian belakang bawah bola.

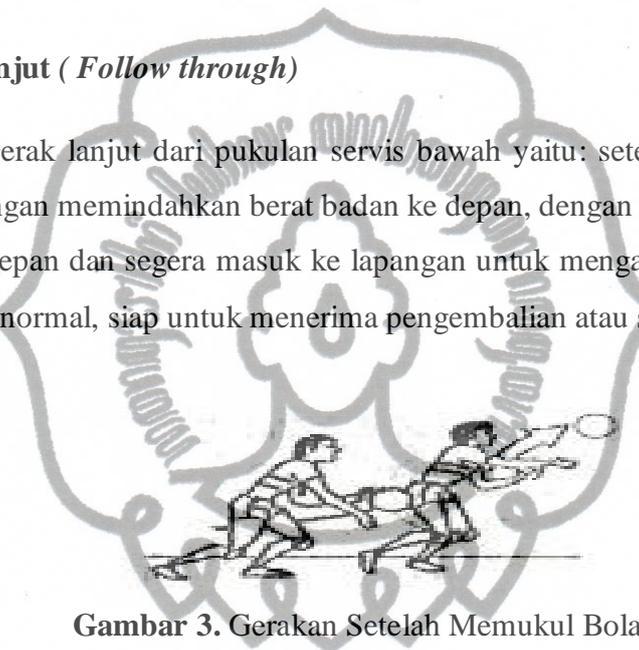
commit to user



Gambar 2. Rangkaian Pelaksanaan Servis Bawah

3) Gerak Lanjut (Follow through)

Gerak lanjut dari pukulan servis bawah yaitu: setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan, dengan melangkahkan kaki kanan kedepan dan segera masuk ke lapangan untuk mengambil posisi dengan sikap siap normal, siap untuk menerima pengembalian atau serangan dari pihak lawan.



Gambar 3. Gerakan Setelah Memukul Bola

d. Kesalahan Yang Sering Terjadi Dalam Servis Bawah

Servis bawah merupakan jenis servis yang paling mudah jika dibandingkan dengan servis bawah. Namun demikian tidak menutup kemungkinan bagi siswa pemula seringkali melakukan kesalahan. Kesalahan dalam teknik gerakan servis bawah mengakibatkan servis bawah menjadi gagal. Barbara L.V. & Bonnie J.F.(1996:34) mengidentifikasi kesalahan teknik gerakan servis bawah dan cara memperbaikinya sebagai berikut:

Kesalahan	Perbaikan
1. Bola bergerak ke bawah bukan ke depan, dan tidak dapat menyeberang	1. Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah, pukul bola tepat pada

<p>net</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Bola tidak cukup bertenaga menyeberang net 3. Berat badan anda bertumpu di kaki belakang, bola melambung terlalu tinggi 	<p>bagian tengah belakang dan ayunkan lengan ke depan ke arah net. Pindahkan berat badan anda ke kaki depan</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Jangan mengayunkan tangan yang memegang bola. Pukulan harus dilakukan dengan tumit telapak tangan anda yang terbuka 3. Melangkahlah ke depan dengan kaki depan anda pada saat anda memukul bola. Kepala dan bahu anda harus berada di depan sejajar dengan tumit
--	--

Kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki gerakan servis bawah tersebut harus dipahami oleh seorang guru. Kesalahan yang sering dilakukan siswa harus segera dibetulkan. Kesalahan yang dibiarkan akan mengakibatkan pola gerakan menjadi salah, sehingga gerakan tidak efektif dan tidak sesuai seperti yang diharapkan.

3. Pembelajaran

a. Konsep Dasar Belajar

Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Senada dengan pendapat tersebut, Sadiman (1984:1) menyatakan bahwa belajar merupakan proses yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup sejak dia masih bayi sampai keliang lahat. Hal ini berarti bahwa belajar merupakan suatu proses bagi semua orang sejak bayi dan berlangsung seumur hidup sampai orang meninggal. Melalui proses belajar tersebut seseorang akan memperoleh perubahan, baik yang menyangkut pengetahuan ataupun keterampilan.

Pengertian belajar dipertegas dan dijelaskan oleh Hamalik (1994 : 12) yang mengatakan belajar adalah memperoleh pengetahuan dan tingkah laku berkat adanya interaksi lingkungan. Oleh sebab itu, belajar harus

terjadi proses interaksi antara seseorang yang belajar dengan lingkungan dimana dia belajar guna mendapatkan perubahan tingkah laku yang diharapkan yaitu menuju kearah dewasa.

Mendukung uraian dibawah, Suroso (1996 : 17) mengartikan belajar sebagai suatu proses perubahan sikap dan tingkah laku setelah terjadi interaksi antara siswa dengan sumber belajar, yang dapat berupa guru, buku, lingkungan, dan sesama teman. Interaksi tersebut dapat menerima, menolak, mencari, serta dapat pula mengubah lingkungannya. Dengan demikian, siswa yang belajar bersifat aktif dan senantiasa mengadakan interaksi dengan lingkungannya, sehingga akan terjadi perubahan sikap dan tingkah laku.

b. Hakikat pembelajaran

Kata belajar sering dikaitkan dengan mengajar, sehingga muncullah istilah belajar mengajar. Mengajar merupakan suatu perbuatan yang memerlukan tanggung jawab moral yang cukup berat, karena berhasil tidaknya pendidikan pada diri siswa tergantung pada pertanggungjawaban guru atau pendidik dalam melaksanakan tugasnya. Mengajar menurut Suroso (1996: 17) adalah menciptakan situasi yang mampu merangsang siswa mahu belajar untuk mencapai tujuan. Pemberian rangsangan pada anak didik sangat menentukan sekali tercapainya tujuan pembelajaran. Ini menurut seorang pengajar (guru) yang memiliki kemampuan dasar dalam membangkitkan motivasi siswa yang belajar. Penggunaan metode-metode pengajaran yang modern akan dapat membangkitkan gairah belajar siswa.

Menurut Ekoswara (1984 : 68) disebutkan beberapa pengertian mengajar adalah sebagai berikut :

- 1) Menyampaikan pengetahuan atau ilmu dari seorang guru kepada siswa.
- 2) Menanamkan sikap dan nilai-nilai pengetahuan dan keterampilan dasar dari seseorang yang telah mengetahui dan menguasai kepada orang lain.
- 3) Membimbing belajar supaya siswa berhasil.

Pendapat dibawah dipertegas oleh Usman (1998 : 6) bahwa mengajar pada prinsipnya membimbing siswa dalam kegiatan belajar. Hal

ini berarti mengajar merupakan kegiatan mengorganisir lingkungan dalam hubungannya dengan siswa yang sedang belajar didalam kelas. Mengajar bukan saja hanya menyampaikan ilmu pengetahuan, akan tetapi suatu perbuatan atau kegiatan yang sangat kompleks dalam hubungannya dengan anak didik terhadap proses interaksi manusiawi yang terjadi di kelas atau di sekolah.

Untuk menjalankan proses pendidikan kegiatan, belajar mengajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang sangat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Pergaulan yang sifatnya mendidik itu terjadi melalui interaksi aktif antara siswa sebagai peserta didik dan guru sebagai pendidik. Kegiatan belajar dilakukan oleh siswa, dan melalui kegiatan itu akan ada perubahan perilakunya. Sementara kegiatan pembelajaran dilakukan oleh guru yang memfasilitasi proses belajar. Kedua peranan itu tidak akan terlepas dari situasi saling mempengaruhi dalam pola hubungan antara dua subyek, meskipun disini guru lebih berperan sebagai pengelola.

Wina Sanjaya (2006 : 74) menjelaskan bahwa mengajar diartikan sebagai proses penyampaian informasi dari guru kepada siswa. Jadi istilah pembelajaran sama dengan *intruction* atau pengajaran. Dengan demikian, pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku kearah yang lebih baik. Interaksi adalah saling mempengaruhi yang bermula adanya hubungan saling atar komponen yang satu dengan yang lainnya. Interaksi dalam pembelajaran adalah kegiatan timbal balik dan saling mempengaruhi antara guru dengan peserta didik.

Pembelajaran merupakan upaya sistematis dan sistematis untuk memfasilitasi dan meningkatkan proses belajar, maka kegiatan pembelajaran berkaitan erat dengan jenis belajar serta hasil belajar tersebut. Kegiatan belajar merupakan masalah yang sangat kompleks dan melibatkan keseluruhan aspek psikofisik, bukan saja aspek kejiwaan, tetapi juga aspek neurofisiologis. Namun setelah guru berusaha untuk memusatkannya dan

menangkap perhatian siswa pada peristiwa pembelajaran maka sesuatu yang asing itu menjadi berangsur-angsur berkurang. Oleh karena itu, guru harus mengupayakan semaksimal mungkin penataan lingkungan belajar dan perencanaan materi agar terjadi proses pembelajaran di dalam maupun di luar kelas.

Dengan demikian, proses belajar dapat terjadi di dalam kelas, lingkungan sekolah, dan dalam kehidupan di masyarakat termasuk dalam bentuk interaksi sosial kultural melalui media massa. Dalam konteks pendidikan non formal, justru sebaliknya, proses pembelajaran sebagian besar terjadi dalam lingkungan di masyarakat, termasuk dunia kerja, media massa dan lain sebagainya. Hanya sebagian kecil saja kegiatan pembelajaran yang terjadi di kelas dan lingkungannya.

Menurut pasal 1 butir 20 UU tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Jadi dapat diketahui bahwa ciri-ciri pembelajaran yaitu inisiasi, fasilitasi, dan peningkatan proses belajar siswa ini menunjukkan bahwa unsur kesengajaan dari pihak di luar individu yang melakukan proses belajar, dalam hal ini pendidik secara perorangan atau kolektif dalam suatu sistem yang merupakan ciri utama dalam pembelajaran.

Kegiatan mengajar selalu terkait langsung dengan tujuan yang jelas. Ini berarti, proses mengajar itu tidak begitu bermakna jika tujuannya tidak jelas. Jika tujuan tidak jelas maka isi pengajaran berikut metode mengajar juga tidak mengandung apa-apa. Oleh karena itu, seorang guru harus menyadari benar-benar keterkaitan antara tujuan, pengalaman belajar, metode dan bahkan cara mengukur perubahan atau kemajuan yang dicapai. Untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam proses belajar mengajar, maka seorang guru harus mampu menerapkan cara mengajar yang cocok untuk mencapai tujuan yang dimaksud.

Mengajar merupakan kegiatan yang dilakukan seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan yang lebih daripada yang diajar,

untuk memberikan suatu pengertian, kecakapan, ketangkasan, kegiatan mengajar meliputi pengetahuan, menularkan sikap kecakapan atau keterampilan yang diatur sesuai dengan lingkungan dan menghubungkannya dengan subyek yang sedang belajar. Dengan demikian, kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru untuk keperluan analisis tugas guru sebagai pengajar, maka kemampuan guru atau kompetensi guru yang banyak hubungannya dengan usaha meningkatkan proses dan hasil belajar dapat diguguskan kedalam empat kemampuan sebagaimana yang dikemukakan Nana Sudjana (2005 : 19) yakni :

- 1) Melaksanakan program belajar mengajar.
- 2) Melaksanakan dan memimpin / mengelola proses belajar mengajar.
- 3) Menilai kemampuan proses belajar mengajar.
- 4) Menguasai bahan pelajaran dalam pengertian menguasai bidang studi atau mata pelajaran yang dipegangnya.

Dalam kegiatan pembelajaran guru bertugas merencanakan program pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, menilai kemajuan pembelajaran, dan menguasai materi atau bahan yang diajarkannya. Jika seorang guru memiliki kemampuan yang baik sesuai dengan bidang studi yang diajarkan, maka akan diperoleh hasil belajar yang optimal. Hasil belajar dapat dicapai dengan baik, jika seorang guru mampu melaksanakan tugas diantaranya mengelola proses pengajaran berupa aktifitas merencanakan dan mengorganisasikan semua aspek kegiatan. Untuk itu, seorang guru harus memiliki kemampuan dalam menyampaikan tugas ajar, agar tujuan pelajaran dapat tercapai. Hal terpenting dan harus diperhatikan dalam mengajar, yaitu guru harus mampu menerapkan metode mengajar yang tepat dan mampu membelajarkan siswa menjadi aktif melaksanakan tugas yang diberikan oleh guru.

Dari penjelasan dibawah dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses komunikasi dua arah antara gur dan siswa, mengajar dilakukan oleh guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh seiswa sebagai peserta didik atau merid dengan menggunakan asas

pendidikan maupun teori belajar yang merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Jadi, pembelajaran adalah proses interaksi antara siswa, sumber belajar serta lingkungan agar siswa dapat memperoleh ilmu pengetahuan dan ditandai dengan perubahan sikap atau tingkah laku kearah yang lebih baik.

c. Prinsip-prinsip Pembelajaran

Pembelajaran menurut Darsono dkk (2000 : 4) dapat dibedakan menjadi dua yaitu pembelajaran secara umum dan pembelajaran secara khusus. Secara umum adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa, sehingga tingkah laku siswa berubah kearah yang lebih baik. Sedangkan pembelajaran secara khusus dapat dilihat dari berbagai aliran psikologis seperti dibawah ini :

- 1) Aliran Behavioristik menyatakan bahwa pembelajaran adalah usaha guru membentuk tingkah laku yang digunakan dengan menyediakan lingkungan (stimulus).
- 2) Aliran Kognitif menyatakan pembelajaran adalah cara guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk berfikir agar dapat mengenal dan memahami apa yang sedang dipelajari.
- 3) Aliran Gestalt menyatakan pembelajaran merupakan usaha guru untuk memberikan materi pembelajaran sedemikian rupa sehingga siswa lebih mudah mengorganisirnya (mengaturnya) menjadi suatu gestalt (pola bermakna).
- 4) Aliran Humanistik menyatakan bahwa pembelajaran adalah memberikan kebebasan kepada siswa untuk memilih bahan pelajaran dan mempelajarinya sesuai dengan minat dan kemampuannya.

Beberapa aliran dibawah memiliki substansi yang sama yaitu bahwa pembelajaran ditandai adanya suatu kegiatan dengan berbagai teknik atau cara untuk meningkatkan kualitas siswa. Belajar membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. perubahan akibat belajar tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan, melainkan juga dalam cakupan kebiasaan, sikap, pengertian, penyesuaian diri, minat, penghargaan, dan lainnya. Pendek kata

pembelajaran juga berimplementasi kepada segala aspek organisme atau pribadi seseorang.

Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa. Untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Menurut Wina Sanjaya (2006 : 30) bahwa sejumlah prinsip yang harus diperhatikan dalam pengelolaan kegiatan pembelajaran diantaranya :

- 1) Berpusat pada siswa.
- 2) Belajar dengan melakukan.
- 3) Mengembangkan kemampuan sosial.
- 4) Mengembangkan keingintahuan, imajinasi, dan fitrah.
- 5) Mengembangkan keterampilan pemecahan masalah.
- 6) Mengembangkan kreatifitas siswa.
- 7) Mengembangkan kemampuan ilmu dan teknologi.
- 8) Menumbuhkan kesadaran sebagai warga negara yang baik.
- 9) Belajar sepanjang hayat.

Prinsip-prinsip pembelajaran tersebut sangat penting untuk diperhatikan oleh guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Pembelajaran yang didasarkan pada prinsip-prinsip belajar yang benar, maka akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

4. Media Pembelajaran

a. Pengertian Media Pembelajaran

Kata media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi (Winataputra : 2008).

Latuheru (1988), menyatakan bahwa media pembelajaran atau sering disebut dengan alat peraga pembelajaran adalah adalah bahan, alat,

atau teknik yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar dengan maksud agar proses interaksi komunikasi edukasi antara guru dan siswa dapat berlangsung secara tepat guna dan berdaya guna. Disamping itu, media pembelajaran atau alat peraga pembelajaran juga dapat membantu siswa menemukan strategi pemecahan masalah. Dari penggunaan peraga ini siswa dapat membangun sendiri pengetahuannya, memahami masalah, dan menemukan strategi pemecahan masalahnya sendiri (Aisyah : 2007)

Berdasarkan definisi tersebut, media pembelajaran atau alat peraga pembelajaran memiliki manfaat yang besar dalam memudahkan siswa mempelajari materi pelajaran. Media pembelajaran atau alat peraga pembelajaran yang digunakan harus dapat menarik perhatian siswa pada kegiatan belajar mengajar dan lebih merangsang kegiatan belajar siswa.

b. Peran dan Kegunaan Media Pembelajaran

Media pembelajaran dapat digunakan dalam proses belajar mengajar dengan dua arah yaitu sebagai alat bantu mengajar dan sebagai media belajar yang dapat digunakan sendiri oleh siswa. Media pembelajaran yang dapat dipakai sebagai alat bantu mengajar disebut dependent media. Sebagai alat bantu efektifitas media pembelajaran itu sangat tergantung pada cara dan kemampuan guru dalam menggunakan alat peraga pembelajaran tersebut, tetapi kalau guru kurang kreatif atau tak banyak memanfaatkannya siswa tak akan banyak belajar dari media pembelajaran itu. Jadi guru dituntut harus lebih pandai dan kreatif dalam menggunakan media pembelajaran.

Media belajar yang dapat digunakan oleh siswa dalam kegiatan belajar mandiri, disebut independent media. Media ini dirancang, dikembangkan, dan diproduksi secara sistematis, serta dapat menyalurkan informasi secara terarah untuk mencapai tujuan intruksional tertentu, contohnya media film bingkai bersuara, film eangkai bersuara, radio, TV, video, dan media tercetak seperti modul yang memang untuk belajar secara mandiri. Siswa diminta untuk belajar dari berbagai media dan sumber

belajar yang lain yang sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Dalam sistem belajar ini, media pembelajaran digunakan untuk menggantikan sebagian dari fungsi guru, yaitu fungsi dalam memberikan informasi atau isi pelajaran. Kalau sistem belajar mengajar seperti ini dapat ditetapkan, ada beberapa keuntungan yang diperoleh dari media pembelajaran yaitu :

- 1) Guru mempunyai lebih banyak waktu untuk membantu siswa yang lemah, sementara siswa sibuk belajar sendiri, guru dapat memberikan bantuan kepada siswa yang lebih membutuhkan bantuan.
- 2) Siswa akan belajar secara aktif.
- 3) Siswa dapat belajar sesuai dengan gaya dan kecepatannya masing-masing. Namun demikian perlu disadari benar-benar bahwa sistem ini digunakan, guru perlu membuat persiapan yang matang dan perlu menyediakan media dan peralatan belajar yang cukup.

c. Kriteria Pemilihan Media Pembelajaran

Salah satu penyebab orang memilih media pembelajaran adalah untuk memenuhi kebutuhan atau mencapai tujuan yang diinginkan. Sekiranya suatu media pembelajaran yang telah sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, maka media pembelajaran tersebut dapat dimanfaatkan. Salah satu kriteria yang digunakan dalam pemilihan media pembelajaran yaitu sesuai dengan faktor-faktor dibawah. Dick and Carey (1978) menyebutkan beberapa patokan yang perlu dipertimbangkan dalam memilih media pembelajaran yaitu : 1) Ketersediaan sumber, 2) Ketersediaan sumber dana, tenaga, dan fasilitas, 3) Keluwesan, kepraktisan, dan daya tahan media pembelajaran, 4) Efektifitas media pembelajaran untuk waktu yang panjang.

Bawah dasar mengenai faktor-faktor yang perlu dipertimbangkan dalam memilih media pembelajaran dan saran yang diberikan Dick and Carey dapat disajikan kriteria pemilihan media pembelajaran adalah sebagai berikut :

- 1) Tujuan

Kalau yang ingin diajarkan adalah suatu proses, media gerak seperti video, film, atau TV merupakan pilihan yang sesuai. Kalau yang ingin diajarkan adalah suatu keterampilan dalam menggunakan alat tertentu sehingga membutuhkan media pembelajaran yang tepat sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin dicapai.

- 2) Karakteristik siswa
Berapa jumlahnya? Dimana lokasinya? Bagaimana gaya mengajarnya? Dan berbagai karakteristik yang mempengaruhi pemilihan media pembelajaran itu.
- 3) Karakteristik media pembelajaran
Dalam memilih media pembelajaran perlu mempertimbangkan kelebihan dan kelemahan masing-masing media pembelajaran tersebut.
- 4) Alokasi waktu
Cukupkah waktu untuk kegiatan perancangan, pengembangan, penandaan atau penyajian.
- 5) Ketersediaan
Tersediakah media pembelajaran yang diperlukan? Tersediakah layanan purna jualnya? Apakah tenaga pengelolanya?
- 6) Efektifitas
Apakah efektif untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan? Efektif untuk penggunaannya dalam jangka waktu yang lama?
- 7) Kapatibitas
Apakah penggunaan media pembelajaran tersebut tidak bertentangan dengan norma - norma yang berlaku? Tersediakah sarana penunjang pengoperasionalnya? Bagaimana daya tahan umurnya.
- 8) Biaya
Cukupkah dana yang diperlukan untuk pengadaan, pengelolaan, dan pemeliharaannya?

5. Alat Bantu Pembelajaran

a. Pengertian Alat bantu Pembelajaran

commit to user

Alat bantu pembelajaran merupakan alat-alat yang dipergunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu pembelajaran ini sering disedut dengan alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekkan sesuatu dalam proses pendidikan pengajaran.

Jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Dengan perkataan lain, alat peraga ini dimaksudkan untuk mengerahkan alat indera sebanyak mungkin suatu objek sehingga mempermudah menyamakan persepsi.

Manfaat alat bantu pembelajaran menurut Soekidjo Notoatmodjo (2003 : 2) secara terperinci antara lain sebagai berikut :

- 1) Menimbulkan minat sasaran pendidikan.
- 2) Mencapai sasaran yang lebih banyak.
- 3) Membantu membawahi hambatan bahasa.
- 4) Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan.
- 5) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat.
- 6) Merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan - pesan yang diterima kepada orang lain.
- 7) Mempermudah penyampaian bahan pendidikan / informasi oleh para pendidik pelaku pendidikan.
- 8) Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan.

b. Syarat alat bantu pembelajaran yang baik

Suatu alat bantu pembelajaran dikatakan baik apabila, mempunyai tujuan pendidikan untuk mengubah pengetahuan, pengertian, pendapat dan konsep-konsep, mengubah sikap dan persepsi, menanamkan tingkah laku / kebiasaan yang baru. Selain itu alat bantu pembelajaran harus efisien dan komunikatif dalam penggunaannya, dalam waktu yang singkat dapat mencakup isi yang luas dan tempat yang diperlukan tidak terlalu luas. Penempatan alat bantu pembelajaran perlu diperhatikan ketepatannya agar dapat diamati dengan baik oleh siswa. Efektif artinya memberikan hasil guna yang tinggi ditinjau

dari segi pesannya dan kepentingan siswa yang sedang belajar sedangkan yang dimaksud dengan komunikatif adalah bahwa media pembelajaran tersebut mudah untuk dimengerti maksudnya, sehingga membuat siswa menjadi lebih mudah dalam menerima pembelajaran yang diberikan oleh guru.

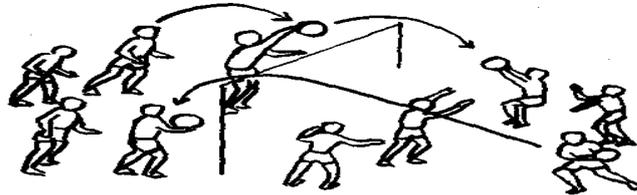
Pembelajaran menggunakan alat bantu dapat menggunakan :

- 1) Pembelajaran menggunakan bola plastik merupakan bentuk belajar servis bawah yang pelaksanaannya menggunakan sebuah bolavoli yang digantikan dengan bola plastik. Dengan bola dari plastik, saat pembelajaran siswa tidak akan mengalami kesulitan dalam mempraktikkan gerakan servis bawah karena bolanya ringan, empuk, murah, dan bentuknya seperti bolavoli aslinya. Sehingga siswa akan termotivasi untuk melakukan gerakan-gerakan dasar servis bawah.
- 2) Pembelajaran gerak servis bawah dapat menggunakan bola plastik. Pembelajaran menggunakan bola plastik merupakan bentuk belajar servis bawah yang pelaksanaannya sebuah bolavoli digantikan bola plastik. Pembelajaran dengan bola plastik ini bertujuan lebih mendekati ke alat yang sesungguhnya. Pembelajaran ini cocok untuk pembelajaran servis bawah serta siswa akan lebih tertarik karena terdapat alat modifikasinya. Penggunaan bola plastik ini mempunyai banyak keuntungan antara lain : mengurangi pantulan bola, terlihat menyerong bila dipantul-pantulkan ke bawah, dapat dilakukan dengan pendekatan gaya pemberian tugas, dan bahayanya relatif kecil.

Pembelajaran yang dapat dibantu dengan alat bantu pembelajaran bola plastik contohnya :

- 1) Servis bawah dengan permainan beranting
Pertama - tama dua regu membentuk barisan berbanjar masing-masing 5 anak, dua regu saling berhadapan dengan jarak antara 1-2 meter. Anak regu A terdepan memukul bola dengan tangan kanan dan diterima oleh anak regu B terdepan dengan cara menangkapnya bola tersebut. Kemudian dipukul kembali ke regu A diterima dengan cara menangkapnya bola tersebut. Bagi yang sudah melakukan servis bawah

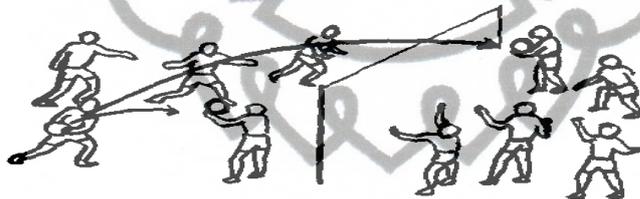
mundur, menuju ke belakang barisan regu masing-masing begitu seterusnya sampai ke 2 kelompok melakukan semuanya.



Gambar 4. Ilustrasi Pembelajaran Servis Bawah dengan Permainan Beranting

2) Permainan beranting bola melewati net

Kedua regu saling berhadapan di bawah net. Masing-masing regu membentuk barisan berbanjar. Dimulai dari pukulan servis bawah melewati net dari anak terdepan regu A diarahkan ke anak terdepan regu B dan diterima dengan cara menangkapnya bola tersebut, bola dipukul lagi ke regu B melewati net kemudian diterima dengan menangkapnya kembali, bagi yang sudah melakukan servis bawah mundur ke belakang barisan regunya masing-masing.



Gambar 5. Ilustrasi Pembelajaran Servis Bawah dengan Permainan Beranting Melewati Net

B. Kerangka Berfikir

Dalam cabang olahraga bolavoli, pertandingan biasanya berlangsung lama, sehingga keadaan atau kondisi tubuh harus mampu bekerja dalam waktu yang lama pula, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan, sehingga dibutuhkan sebuah pendekatan yang bisa menunjang penampilan atlet. Ketika atlet mengalami kelelahan yang berlebih maka, biasanya teknik yang sudah dikuasainya akan hilang karena kelelahan yang dialami oleh atlet tersebut, maka langkah baiknya apabila selama atlet berlatih diberikan juga latihan - latihan yang dihadapkan langsung pada situasi pertandingan yang sesungguhnya agar atlet terbiasa dan

penguasaan ketrampilan teknik yang mendasar agar pada saat pertandingan atlet benar-benar siap bertanding.

Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu melibatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa diarahkan untuk menyelesaikan masalah yang sesuai dengan konsep yang dipelajari. Permasalahan yang sering dihadapi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada model atau cara guru menyampaikan materi pelajaran. Sering kali materi yang diajarkan oleh guru kurang tertanam kuat dalam pemahaman siswa. Khususnya dalam pembelajaran praktik teknik dasar servis bawah permainan bolavoli. Siswa kurang mampu menganalisis gerakan yang telah diajarkan oleh guru, sebab guru hanya menyampaikan materi secara verbal, adapun memberikan demonstrasi atau contoh kurang dapat ditangkap oleh siswa secara optimal. Guru bukanlah satu-satunya sumber belajar bagi siswa, siswa diberi kesempatan seluas-luasnya untuk mengembangkan kemampuan berfikirnya dalam menyelesaikan masalah yang sesuai dengan materi pembelajaran.

Permasalahan umum dalam materi pembelajaran penjas adalah kurangnya sarana atau peran aktif siswa dalam kegiatan belajar. Proses pembelajaran yang berlangsung belum mewujudkan adanya partisipasi siswa secara penuh. Siswa berperan sebagai obyek pembelajaran, yang hanya mendengarkan dan mengaplikasikan apa yang disampaikan guru. Selain itu, proses pembelajaran kurang mengoptimalkan penggunaan modifikasi pembelajaran yang dapat memancing peran aktif siswa.

Penggunaan model pembelajaran nyata yang dapat diamati dan dipegang secara langsung oleh siswa memungkinkan siswa untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan belajar. Model nyata yang dimaksud adalah media pembelajaran dan penggunaan modifikasi pembelajaran memungkinkan siswa lebih banyak melibatkan keaktifan siswa, seperti mengalami langsung, melihat, menyentuh, dan merasakan pembelajaran yang sedang dipelajarinya. Penggunaan modifikasi dalam pelaksanaan tindakan pada setiap pertemuan disesuaikan dengan topik materi yang sedang dipelajari. Secara garis besar, modifikasi yang digunakan antara lain berupa alat bantu pembelajaran bola plastik yang digunakan untuk

pembelajaran dalam teknik dasar servis bawah permainan bolavoli. Secara lebih rinci jenis media tersebut dijabarkan dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).

Pemanfaatan alat bantu pembelajaran sederhana bola plastik sebagai sarana untuk membantu guru dalam menjelaskan teknik dasar servis bawah pada siswa. Melalui alat bantu pembelajaran sederhana tersebut guru dapat memperlihatkan dan memberikan penjelasan yang mendetail mengenai teknik dasar servis bawah.

Dari penjelasan dibawah, secara sederhana kerangka berfikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :

