

BAB II

KERANGKA TEORETIS, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS

A. Kerangka Teoretis

1. Hakikat Hasil Belajar *Passing* Atas

Belajar merupakan sebuah proses kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup sejak masih bayi hingga meninggal. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut baik perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor) maupun nilai dan sikap (afektif). Dalam *the guidance of learning activities W.H Burton* (1984) mengemukakan bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku pada diri individu dengan individu dan individu lingkungannya sehingga mereka lebih mampu berinteraksi dengan lingkungannya.¹

Berdasarkan pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

¹Evelin Siregar dan Hartini Nara, Teori belajar dan Pembelajaran (Jakarta : Universitas Negeri Jakarta 2007), h 2

Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku. “ Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”.²

Hasil belajar adalah kemampuan - kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar. Howard Kingsley dalam Nana Sudjana membagi tiga macam hasil belajar yakni : keterampilan dan kebiasaan, pengetahuan dan pengertian, sikap dan cita-cita masing-masing jenis hasil belajar dapat diisi dengan bahan yang ditetapkan dengan kurikulum.³

Belajar menurut sebagian orang, sebagaimana dinyatakan Burhanuddin Salam adalah semata-mata mengumpulkan atau menghafalkan fakta-fakta yang tersaji dalam bentuk informasi atau materi pelajaran. Pendapat ini hanya menilai belajar dari salah satu sisinya saja, yaitu sisi perekaman materi pelajaran dalam otak. Padahal, belajar tidak hanya itu. Menulis, berpikir, membuat sesuatu pandangan, menyusun suatu kesimpulan juga merupakan belajar.

²Slameto, Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya (Jakarta: RINEKA CIPTA,2003), h. 2

³ Nana Sudjana, Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar,(Bandung : PT. Remaja Rosdakarya,2010),h.22

Belajar tidak hanya menghafal fakta atau materi pelajaran tidak juga hanya latihan semata. Lebih dari itu, belajar sebagaimana dikatakan oleh para paedagog dan psikolog adalah suatu proses perubahan perilaku, yaitu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa, dari tidak terampil menjadi terampil, dari tidak bisa bersikap menjadi bisa bersikap tertentu.⁴ Dalam hal ini belajar merupakan sebuah upaya untuk menjadikan peserta didik mengalami peningkatan dari segi pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa belajar itu adalah sebagai rangkaian kegiatan jiwa raga, psiko-fisik untuk menuju ke perkembangan pribadi manusia seutuhnya berarti mengandung unsur cipta, rasa dan karsa, ranah kognitif, afektif dan psikomotorik.

Hasil belajar adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan dan pengalaman belajar yang mengakibatkan perubahan tingkah laku dalam diri siswa dari aktivitas belajar jadi hasil yang dimaksud dalam penelitian ini adalah hasil belajar siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, yaitu gerakanya dari tidak bisa menjadi bisa.

Berbagai perspektif pengertian belajar sebagaimana dijelaskan diatas maka dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu aktivitas mental atau psikis (yang berlangsung dalam berbagai situasi dan

⁴ Idri Shaffat, *Optimized Learning Strategy* (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2009), h. 3

kondisi beberapa kajian teori diatas, pada hakikatnya belajar yang dilakukan sengaja disekolah, berdasarkan kondisi belajar yang tercipta dan adanya rangsangan-rangsangan dari tuntutan pelajaran serta tuntutan perubahan dalam hal pengetahuan, sikap, mental, keterampilan dan pengalaman.

a. Hakikat *Passing* Atas

Passing atas dalam permainan bola voli merupakan usaha seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoper bola yang dimainkannya itu kepada teman seregu untuk dimainkan di lapangan. Pada permainan bola voli, bola tidak boleh menyentuh lapangan. Sentuhan bola sebentar sudah cukup untuk mencegah jatuhnya bola ketanah/lantai, tetapi tidak sampai disitu saja, bola harus diteruskan pada rekan seregu atau dipantulkan kedaerah lawan, dan gerakan ini harus dilakukan dengan cara yang menguntungkan pihak regu sendiri.

Jenis *passing* dalam permainan bola voli ada dua, antara lain :

1. *Passing* bawah. Pada umumnya *passing* dari bawah tidak melibatkan jari-jari, akan tetapi bola menyentuh bagian di atas pergelangan tangan, bias dilakukan dengan satu atau dua tangan.

2. *Passing* Atas. *Passing* dan umpan dari atas pada umumnya melibatkan jari-jari tangan.⁵

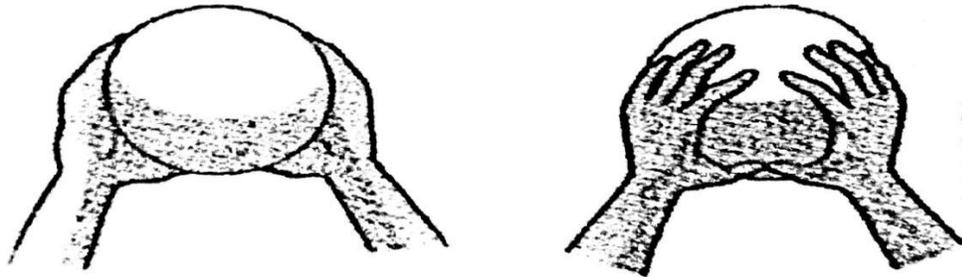
Passing atas adalah cara pengambilan bola atau mengoperkan dari atas kepala dengan jari-jari tangan. Cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari – jari tangan dibuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sedut antara sikut dan badan $\pm 45^\circ$. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan.⁶

Pada umumnya orang yang melakukan *passing* atas untuk mengumpan kepada pemukul yang kemudian melakukan serangan dengan cara mensmash bola tersebut ke daerah lawan, penyerangan akan dapat berhasil bila bola yang diberikan oleh pengumpan baik. Penguasaan *passing* atas sangat penting dikarenakan *passing* atas dalam permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang kalahnya satu regu.

⁵ Samsudin, Teori dan Praktek Bola Voli, (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2007), h. 83

⁶ Nurli Ahmadi, Panduan Olahraga Bola Voli, (Surakarta: Era Pustaka Utama, 2007), h. 25.

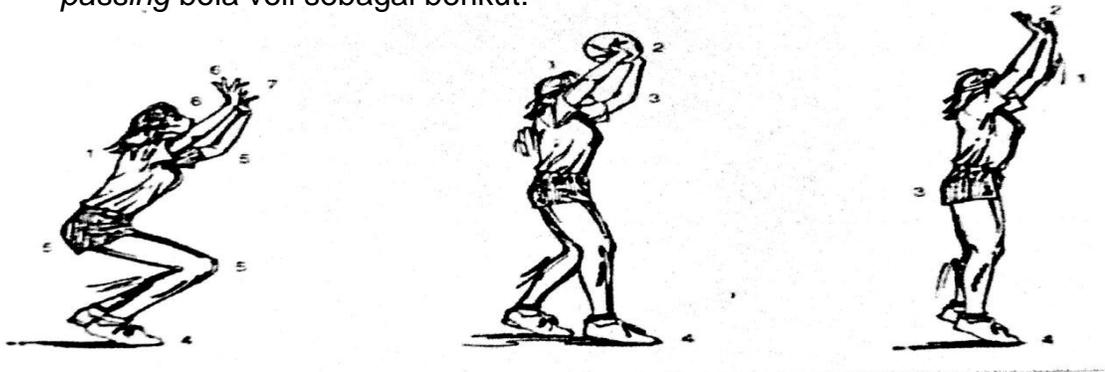
Sikap tangan dan jari *passing* atas



Gambar 2. sikap Tangan dan Jari

Sumber : Suparno dan Suwandi, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Jakarta : PT. Bumi Aksara 2008), h. 117

Tahapan gerak *passing* atas Menurut Barbara L. Viera tahapan gerakan *passing* bola voli sebagai berikut:



Gambar 3. Gerakan *Passing* Atas Bola Voli

Sumber : Barbara L. Viera, Bola Voli Tingkat Pemula

1. Tahap Persiapan



Gambar 4. Sikap Tahap Persiapan

Sumber: Barbara L. Viera, Bola Voli Tingkat Pemula (Jakarta : PT. Rajagrafindo pesada 2004)

a. Sikap badan

Badan sedikit condong ke depan, berat badan tertumbuh kepada kedua kaki.

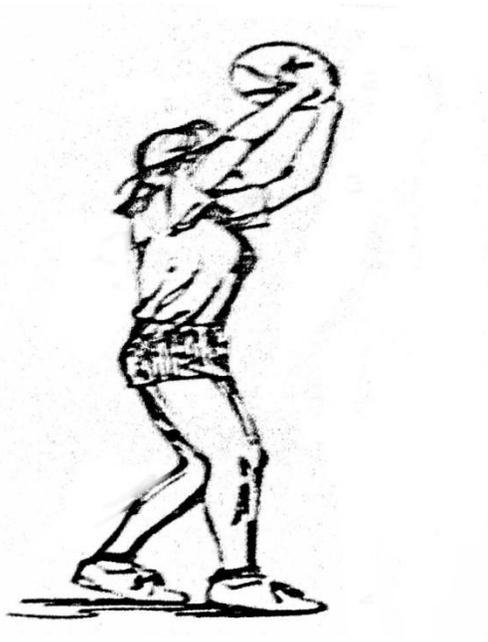
b. Sikap kaki

Kedua lutut sedikit ditekuk dengan jarak kedua kaki, kira-kira selebar bahu, dan satu kaki didepan.

c. Sikap tangan

Tangan diangkat setinggi dahi, jari – jari diregangkan dan kedua ibu jari membentuk satu sudut.

2. Tahap kontak dengan bola



Gambar 5. Sikap Tahap Kontak Dengan Bola

Sumber: Barbara L. Viera, Bola Voli Tingkat Pemula (Jakarta : PT. Rajagrafindo pesada 2004)

- a. Gerak lengan
Lengan digerakan lurus ke atas
- b. Gerak siku
Kedua siku lurus ke atas
- c. Gerak tangan
Tangan digerakan ke atas sehingga harmonis dengan gerakan lengan
- d. Gerak jari – jari
Pada saat bola mendekat, segera jari – jari tangan dikuatkan dan dipukulkan pada bola tangan dengan ruas jari pertama ibu jari.

3. Tahap gerak Akhir



Gambar 6 Sikap Tahap Gerak Lanjutan

Sumber: Barbara L. Viera, Bola Voli Tingkat Pemula (Jakarta : PT. Rajagrafindo pesada 2004)

a. Sikap kaki

Gerak kedua kaki sedikit diluruskan mengikuti gerak badan

b. Sikap Pergerakan

Pengerakan disini adalah mengabilposisi siap seperti pada posisi tahap pertama

c. Arah

Arah yang dimaksud adalah menempatkan badan dengan jalanya permainan dan selalu siap untuk melakukan passing atas.⁷

⁷ Barbara L. Viera MS. Bonnie Jill Furguson, *Loc.Cit*, h . 54

2. Hakikat permainan bola voli

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing – masing regunya terdiri dari enam (6) orang. Permainan ini merupakan permainan kontak tidak langsung, sebab masing – masing regu bermain dalam lapangannya sendiri yang dibatasi oleh jaring atau net.

Permainan bola voli adalah permainan yang menggunakan tempo yang cepat dan tidak akan efektif apabila menggunakan permainan tempo lambat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, dan bila tidak menguasai tehnik dasar yang baik dan benar akan memungkinkan kesalahan – kesalahan tehnik dan pada akhirnya akan menimbulkan kesalahan dalam penyelesaian akhir pertandingan. Tehnik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan – peraturan permainan yang berlaku dalam mencapai hasil yang optimal.⁸

Pada tahun 1895 William C. Morgan, seorang direktur YMCA di Holyoke, Massachusetts, menemukan sebuah permainan bernama mintonette dalam usahanya memenuhi keinginan para pengusaha lokal yang menganggap permainan basket terlalu menghabiskan tenaga dan

⁸ Tirto Apriyanto, dan Agus Salim, Teori dan Praktek Permainan Bola Voli, (Jakarta, Lembaga Pengembangan Pendidikan UNJ, 2015), h. 1.

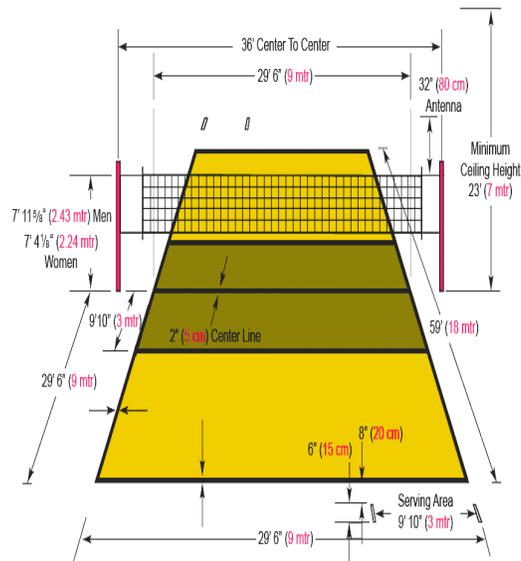
kurang menyenangkan. permainan ini cepat menarik perhatian karena membutuhkan sedikit keterampilan dasar, mudah dikuasai dalam jangka waktu latihan yang singkat, dan dapat dilakukan oleh pemain dengan berbagai tingkat kebugaran. Permainan aslinya dahulu menggunakan bola terbuat dari karet bagian dalam bola basket. Peraturan awalnya membebaskan berapa pun jumlah pemain dalam satu tim. Pada tahun 1896 nama permainan Alfred T. Halstead, yang setelah menyaksikan permainan ini, menganggap bola voli lebih sesuai menjadi nama permainan ini mengingat ciri permainan ini yang dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh tanah (volleying).⁹

Permainan bola voli, masing – masing regu hanya dapat memainkan bola sebanyak tiga (3) kali sentuhan pada bola saja. Tiap pemain dapat melakukan (2) dua kali sentuhan pada bola dengan catatan tidak dilakukan secara berturut – turut. Jadi menurut keterangan di atas permainan bola voli itu adalah cabang olahraga permainan yang dulunya bernama mintonette yang berevolusi menjadi bola voli dan cara permainannya dengan cara memvoli bola hingga jatuh ke daerah lawan dan mendapat poin (nilai), yang dimainkan didalam lapangan berukuran

⁹ Barbara L. Viera MS. Bonnie Jill Furguson, Bola Voli Tingkat Pemula (Jakarta : PT. Rajagrafindo pesada 2004). h. 1

9 x 18 meter dengan net sebagai pemisah antara regu satu dengan satunya.

Permainan bola voli juga merupakan cabang olahraga yang membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi, serta pengambilan keputusan yang sangat cepat dalam permainan bola voli dan saat game. Perkembangan permainan pada cabang bola voli ini cukup pesat karena seluruh kalangan dapat memainkan permainan ini. Dalam usaha untuk mencapai prestasi yang maksimal dalam permainan bola voli, persiapan fisik, teknik, taktik, dan mental adalah faktor pendukung yang tidak dapat dipisahkan. Teknik dasar dalam bola voli harus dikuasai dengan baik oleh semua pemain bola voli karena semua itu merupakan salah satu kesatuan agar permainan dapat dimainkan dengan baik. Teknik dasar tersebut diantaranya adalah : 1) servis, 2) passing, 3) umpan (set-up), 4) smash (spike), 5) bendungan (block).



Gambar 1. Lapangan Bola Voli

Sumber:

<https://www.google.co.id/search?q=lapangan+bola+voli&biw=1366&bih=586&source=lnms&tbm=isch&>, (diakses tanggal 26 oktober 2016, pukul 11.42 WIB)

3. Hakikat Metode Pembelajaran

Metode berasal dari bahasa Latin " Meta " dan " Hodos ". Meta artinya jauh (melampaui), Hodos artinya jalan (cara). Metode adalah cara-cara untuk mencapai tujuan. Metode pembelajaran merupakan cara melakukan atau menyajikan, menguraikan, memberi contoh, dan memberi latihan isi pelajaran kepada siswa untuk mencapai tujuan tertentu.¹⁰

¹⁰ Martinis Yamin, Desain Pembelajaran Berbasis Tingkat Satuan Pendidikan, (Jakarta: Putra Grafika, 2006), h. 152.

Metode adalah suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam kegiatan belajar mengajar, metode diperlukan oleh guru dan penggunaannya bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin di capai. Kedudukan metode sebagai alat motivasi sebagai strategi pengajaran, dan sebagai alat untuk mencapai tujuan. Metode pembelajaran didefinisikan sebagai cara yang di gunakan guru dalam menjalankan fungsinya merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran.¹¹

Menurut Nana Sudjana metode adalah cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran. Oleh karena itu peran metode mengajar sebagai alat untuk menciptakan proses mengajar dan belajar. Dengan metode ini diharapkan tumbuh berbagai belajar siswa sehubungan dengan kegiatan mengajar guru.¹²

Metode pembelajaran adalah cara yang di gunakan guru untuk menyampaikan pelajaran kepada siswa. Karena penyampaian itu berlangsung dalam interaksi edukatif, metode pembelajaran dapat di artikan sebagai cara yang di pergunakan oleh guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran.

¹¹ Eveline Siregar dan Hartini Nara, Buku Ajar Teori Belajar dan Pembelajaran. (universitas Negeri Jakarta, 2007), h. 69

¹² Nana Sudjana, Dasar-dasar Proses mengajar, (Jakarta: Putra Grafika, 2009), h, 76

Dengan demikian, metode pembelajaran merupakan alat untuk menciptakan proses belajar mengajar.¹³

Berdasarkan pengertian yang telah ada, yang tertulis dari beberapa ditulis, metode pembelajaran dapat dikemukakan sebagai, suatu cara atau strategi yang dilakukan atau dikemukakan oleh guru kepada siswa agar terjadinya proses belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Adapun tujuan dari proses pembelajaran adalah agar siswa dapat memahami materi yang telah diberikan guru dan mencapai kompetensi seperti yang diharapkan. Untuk mencapai tujuan proses pembelajaran itu sendiri, pembelajaran perlu dirancang secara sistematis dan sistemik agar sesuai dengan tujuan.

Metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru hendaknya dapat menumbuhkan dan menambah minat siswa dalam kegiatan belajar di sekolah. Secara umum dapat dilihat bahwa metode mengajar dapat membimbing dan mengarahkan siswa terhadap hakikat belajar yang spesifik, membangkitkan motivasi untuk belajar, memberikan umpan balik bagi siswa, memberikan kesempatan bagi siswa untuk maju dan mengembangkan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya, dapat membimbing sikap positif yang ada dalam dirinya. Oleh karena itu penerapan metode mengajar yang tepat, dapat membangkitkan

¹³ Hamdani, Strategi Belajar Mengajar, (Bandung: Pustaka Setia, 2011), h.80.

motivasi belajar siswa dan dapat meningkatkan minat siswa pada bahan pelajaran yang disampaikan oleh pengajar, sehingga akan berpengaruh terhadap prestasi yang akan di raih dan mendukung pencapaian hasil belajar yang lebih optimal.

a. Hakikat Metode *Drill*

Metode *drill* adalah cara pendekatan dalam mengajarkan gerakan di mana atlet di instruksikan melakukan gerakan tertentu berulang-ulang berdasarkan petunjuk yang di berikan oleh guru atau pelatih.¹⁴

Metode *drill* adalah suatu teknik mengajar yang mendorong siswa untuk melaksanakan kegiatan proses belajar agar memiliki ketangkasan atau keterampilan yang tinggi dari apa yang dipelajari.¹⁵ Metode *drill* juga merupakan suatu cara mengajar yang baik, untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu.

Dengan pendekatan *drill* ini adalah merupakan metode pembelajaran yang dirancang sebagai proses belajar untuk meningkatkan keterampilan seseorang dengan cara menugaskan kepada siswa untuk melakukan latihan secara berulang – ulang. Dengan pengulangan yang dilakukan ini diharapkan adanya suatu peningkatan keterampilan dari fisik dari atlet/pemain yang dilatihnya.

¹⁴ Sugiyanto, Belajar Gerak, (Jakarta: Komite Olahraga Nasional, 2001), h. 36.

¹⁵ Nana Sujana, Dasar-dasar Proses belajar mengajar (Jakarta: Putra Grafika, 2009), h. 86

Seperti yang dikemukakan oleh Coker bahwa metode *drill* sangat efektif untuk menyampaikan tujuan dari suatu proses belajar. Dan selanjutnya dikatakan bahwa untuk memaksimalkan waktu yang ada, *drill* yang dilakukan harus dapat mengaktifkan semua peserta didik.¹⁶ Dalam pendekatan *drill* ini yang diberikan untuk melatih permainan difokuskan pada penguasaan keterampilan teknik dasarnya. Pendekatan ini menekankan kepada pencapaian tujuan yaitu pemain untuk menguasai teknik dasar passing atas bola voli. Metode *drill* ini telah diakui oleh banyak pelatih atau guru, karena pada metode *drill* ini dapat meningkatkan teknik keterampilan dari pada pemain/anak didik. Seperti arti kata *drill* yang terdapat dalam kamus bahasa Indonesia yaitu, melakukan latihan dalam waktu yang singkat. Selanjutnya dinyatakan bahwa mengedril adalah melatih (tangkapan, ketangkasan, dsb.) dengan cara mengulang – ulang.¹⁷

Metode *drill* adalah suatu teknik mengajar yang mendorong siswa untuk melaksanakan kegiatan latihan agar memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang dipelajari.¹⁸ Metode *drill*

¹⁶ Cheryl A. Coker, Motor Learning and control for Practitioners, (Mexico: McGraw Hill, 2004), h. 194

¹⁷ Depdiknas, Kamus Umum Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 2003), h 276

¹⁸ Nana Sudjana, Dasar-dasar Proses belajar Mengajar, (Jakarta: Putra Grafika, 2009), h. 86.

merupakan suatu cara mengajar yang baik. untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu.

Berdasarkan dari pernyataan tersebut dapat di simpulkan bahwa metode drill adalah suatu metode yang tepat untuk digunakan di dalam proses belajar *passing* atas bola voli. metode pembelajaran *drill* berfungsi sebagai proses belajar yang dilakukan oleh guru dengan peserta didik melalui upaya penanaman kebiasaan – kebiasaan tertentu supaya siswa dapat menyerap dari program latihan secara maksimal.

Metode *drill* yang saya terapkan dalam proses pembelajaran pada permainan bola voli khususnya teknik *passing atas* adalah melalui Pantul dinding. Pantul dinding merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh guru untuk memberikan proses pembelajaran *passing atas* kepada siswa dengan memanfaatkan dinding sebagai alat untuk membantu siswa dengan tujuan agar proses pembelajaran *passing atas* dapat berjalan dengan terencana, sistematis sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran secara maksimal. Penggunaan pantul dinding merupakan usaha memanfaatkan lingkungan sekolah sebagai alat untuk mempermudah proses belajarnya siswa.

b. Hakikat Metode Berpasangan

Metode berpasangan adalah metode yang dilakukan dengan batuan teman, dalam proses belajar ini kedua pelaku tersebut saling

memberi dan mengarahkan. metode ini sangat menunjang perkembangan kemampuan siswa itu sendiri termasuk dari segi teknik. Menurut kamus umum bahasa Indonesia, berpasangan mempunyai pengertian, sepasang (sepasang, seperangkat, sesetel).¹⁹ Proses pembelajaran passing atas merupakan salah satu metode mengajar dalam upaya meningkatkan keterampilan passing atas bola voli dengan perlakuan passing yang didalam pelaksanaannya gerakan passing

Metode berpasangan merupakan proses belajar yang menerapkan suasana permainan yang sama dalam suatu pertandingan, dan menyerupai permainan *game* yang sebenarnya. Proses belajar perlu adanya penguatan atau dorongan yang sebaiknya tidak hanya datang dari guru atau pelatih tetapi dapat pula berasal dari teman berlatih, sehingga dalam proses berlatih memungkinkan siswa untuk lebih cepat memperbaiki kesalahan-kesalahan dan membangkitkan motivasi karena adanya tekanan dari luar yang memaksa siswa untuk bergerak. Sehingga dalam latihan, atlet merasa dalam permainan yang sesungguhnya.

Tujuan *passing* atas berpasangan ini adalah 1 titik, yaitu kearah pasangannya, namun belum tentu selalu berhasil sesuai kearah

¹⁹ W.J.S Poerwadarminta, Kamus Umum Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 2003). H. 845

pasangannya, namun belum tentu selalu berhasil sesuai dengan tujuannya, sehingga masing-masing dari pasangan tersebut diharuskan siap untuk kondisi datangnya bola dalam bentuk apapun baik cepat atau lambatnya bola. Hal ini sesuai dengan teori Keterampilan terbuka merupakan keterampilan yang melibatkan lingkungan yang selalu berubah dan tidak bisa diperkirakan, dan dalam hal ini "pelaku harus bertindak atas rangsangan yang datang".²⁰ Selanjutnya Dieter Beutelstahl berpendapat bahwa : Seseorang harus menentukan juga arah laju bola, kemudian cepat – cepat pindah ke posisi yang terbaik untuk menerima bola tersebut kemudian melakukan passing atas sesuai dengan tujuannya mengarahkan bola.²¹

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa metode berpasangan diharapkan dapat membentuk dan meningkatkan kemampuan dalam melakukan passing atas karena metode latihan tersebut adalah latihan yang langsung penerapannya yaitu siswa diberi kebebasan untuk melakukan gerakan yang sesuai dengan bentuk permainan sesungguhnya.

²⁰Amung Ma Ma'mun, Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak,(Jakarta: Depdikbud, 2000). h . 54

²¹ Dieter Beutelstahl, Belajar Bermain Bola Volly, (Bandung: Pionir Jaya, 2008). H. 18

Tabel 1. STRUKTUR ANATOMI

| NO | Kegiatan Guru | Kegiatan Siswa | Kegiatan siswa |
|----|--|---|---|
| | | Metode Drill | Metode Berpasangan |
| 1 | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan contoh cara melakukan passing atas yang akan dilakukan ➤ Guru menanyakan apakah ada pertanyaan tentang passing atas yang akan dilakukan ➤ Guru mengawasi jalannya kegiatan passing atas bola voli <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru mengevaluasi dan memberikan kesimpulan setelah melakukan passing atas dan memberikan masukan tentang passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas |
| 2 | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan contoh cara melakukan passing atas yang akan dilakukan ➤ Guru melakukan passing atas tanpa bola dan menggunakan bola ➤ Guru mengawasi jalannya kegiatan | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas tanpa bola dan menggunakan bola sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas tanpa bola dan menggunakan bola sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | <p>passing atas bola voli</p> <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas dan memberikan masukan tentang passing atas | <p>mengevaluasi setelah melakukan passing atas</p> | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas |
| 3 | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan contoh cara melakukan passing atas yang akan dilakukan ➤ Guru melakukan passing atas dengan cara menggunakan dua metode drill dan metode berpasangan yang metode drill dengan cara Siswa melakukan passing atas ke dinding dengan jarak dekat 15x dan 8x perlakuan dan metode berpasangan dengan cara Siswa melakukan passing atas berpasangan dengan jarak dekat 15x dan 8x perlakuan ➤ Guru mengawasi jalannya kegiatan passing atas bola voli <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas dan | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas ke dinding dengan jarak dekat 15x dan 8x perlakuan sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing berpasangan dengan jarak dekat 15x dan 8x perlakuan sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | memberikan masukan tentang passing atas | | |
| 4 | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan contoh cara melakukan passing atas yang akan dilakukan ➤ Guru melakukan passing atas dengan cara menggunakan dua metode drill dan metode berpasangan yang metode drill dengan cara melakukan passing atas ke dinding dengan jarak 1 meter 15x dan 8x perlakuan dan metode berpasangan dengan cara melakukan passing atas berpasangan dengan jarak 1 meter 15x dan 8x perlakuan ➤ Guru mengawasi jalannya kegiatan passing atas bola voli <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas dan memberikan masukan tentang passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas ke dinding dengan jarak 1 meter 15x dan 8x perlakuan ➤ sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas berpasangan dengan jarak 1 meter 15x dan 8x perlakuan sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas |

| | | | |
|---|---|---|--|
| 5 | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan contoh cara melakukan passing atas yang akan dilakukan ➤ Guru melakukan passing atas dengan cara menggunakan dua metode drill dan metode berpasangan yang metode drill dengan cara melakukan passing atas ke dinding dengan jarak 1 meter 15x dan 8x perlakuan dan metode berpasangan dengan cara melakukan passing atas berpasangan dengan jarak 1 meter 15x dan 8x perlakuan ➤ Guru mengawasi jalannya kegiatan passing atas bola voli <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas dan memberikan masukan tentang passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas ke dinding dengan jarak 1 meter dan mundur 1 (satu) kebelakang 15x dan 8x perlakuan sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas | <p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa bertanya tentang cara melakukan teknik dasar passing atas bola voli <p>Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa melakukan passing atas berpasangan dengan jarak 1 meter dan mundur 1 (satu) kebelakang 15x dan 8x perlakuan sesuai yang di instruksikan oleh guru <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dan guru mengevaluasi setelah melakukan passing atas |
|---|---|---|--|

4. Karakteristik Siswa SMK Kelas X (anak usia 15-16)

Karakteristik siswa adalah keseluruhan pola kelakuan dan kemampuan yang ada pada siswa sebagai hasil dari pembawaan dan lingkungan sosialnya sehingga menentukan pola aktifitas dalam meraih cita-citanya.²²

Demikian penentuan tujuan belajar itu harus di kaitkan atau di sesuaikan dengan keadaan atau karakteristik siswa itu sendiri. Adapun karakteristik siswa yang dapat mempengaruhi kegiatan belajar siswa antara lain:

Mengenai pembicaraan karakteristik siswa ini ada tiga hal yang perlu di perhatikan:

1. Karakter atau keadaan yang berkenaan dengan kemampuan awal atau *prerequisite skill*, seperti misalnya kemampuan intelektual kemampuan berfikir, mengucapkan hal-hal yang bersifat psikomotor (contohnya: siswa mampu menjabarkan tahapan gerakan *handstand*), dan lain lain.
2. karakteristik yang berhubungan dengan latar belakang dan status social (*sociocultural*).

²² Sadirman A.M. Interaksi dan Motifasi Belajar (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2007), h.118

3. karakteristik yang berkenaan dengan perbedaan-perbedaan kepribadian seperti sikap, perasaan (seperti cemas, kurang percaya diri),minat dan lain-lain.²³

Karakteristik siswa yang dapat mempengaruhi kegiatan belajar siswa antara lain dapat disebutkan sebagai berikut :

- a. Latar belakang pengetahuan dan taraf pengetahuan
- b. Gaya belajar;
- c. Usia kronologi;
- d. Tingkat kematangan;
- e. Spectrum dan ruang-lingkup minat;
- f. Lingkungan sosial ekonomi;
- g. Hambatan-hambatan lingkungan dan kebudayaan;
- h. Inteligensi;
- i. Keselarasan dan *attitude*;
- j. Prestasi belajar
- k. Motivasi dan lain-lain.²⁴

“Anak usia 15- 20 tahun yang berdasarkan umur termasuk kedalam masa adolesensi atau remaja adalah merupakan puncak perkembangan emosi. Dalam tahap ini terjadi perubahan dari kecenderungan

²³ Sardiman A.M. *ibid.* h.119

²⁴ *Ibid.* h.121

memeningkatkan diri sendiri kepada kecenderungan memperhatikan kepentingan orang lain dan kecerendungan memeperhatikan harga diri. Gejala lain yang timbul juga dalam tahap ini adalah bangkitnya dorongan seks.²⁵

Masa remaja sebagai masa peralihan tidak berarti tidak terputus dengan perubahan dari satu tahap ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.

Selama masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan prilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Gejala-gejala pertumbuhan dan perkembangan yang menonjol pada masa adolesensi (remaja) adalah:

1. Pertumbuhan Ukuran Tubuh

Pertumbuhan ukuran tubuh mengalami peningkatan pada tahun-tahun awal dan kemudian melambat yang akhirnya pertumbuhan memanjang akan berhenti setelah mencapai usia dewasa. Pada masa adolesensi ada kecenderungan anak perempuan lebih tinggi dari anak laki-laki, namun kemudian anak laki-laki menjadi lebih tinggi dan lebih besar pada saat pencapaian usia maksimalnya.

²⁵ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002). H.23

2. Perkembangan jaringan tubuh

Perkembangan jaringan tubuh pada masa adolesensi pada perempuan ditandai semakin cepatnya perkembangan jaringan lemak.

3. Perkembangan seksual

Perkembangan seksual berlangsung sejalan dengan perkembangan organ-organ reproduksi. Pada masa adolesensi terjadi proses pematangan organ reproduksi. Masa ini disebut masa puber, dimana individu mulai menampakkan perkembangan gairah seksualnya dan menampakkan saling ketertarikan dengan lawan jenisnya.

4. Perubahan fisiologis.

Pada masa adolesensi terjadi perubahan gejala perubahan fisiologis yang nyata yaitu, penurunan denyut nadi basal, penurunan temperatur tubuh basal, peningkatan tekanan darah sistolik, peningkatan volume pernapasan, kapasitas vital dan kapasitas pernapasan maksimal.²⁶

²⁶ Sugianto, Pertumbuhan Dan Perkembangan Gerak, KONI Pusat: (Jakarta, 2000), h.27

B. Kerangka Berpikir

Proses pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi dilakukan dalam bentuk praktek sehingga seorang guru pendidikan jasmani harus memilih satu strategi dan yang akan diberikan oleh guru kepada siswanya. Keberhasilan pembelajaran dalam pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan yang sukses adalah tergantung pada kompetensi seorang guru penjas. Bagaimana seorang guru penjas menyampaikan dan menerapkan materinya kepada siswa, dan siswa dapat menyerap dan memahami serta mengaplikasikannya sesuai dengan apa yang guru intruksikan, kemampuan pengajar itu salah satunya dengan tepat menentukan metode atau strategi pembelajaran yang efektif dan efisien.

Sedangkan metode pembelajaran merupakan salah satu cara atau strategi pengajar dalam menyampaikan materi pembelajaran yang akan disampaikan kepada siswa dan siswa dapat menangkap dan mengaplikasikannya dengan baik dan benar. Dan apa yang telah kita ketahui bahwa metode pembelajaran itu banyak ragamnya dengan kegunaannya masing-masing.

Salah satunya dalam proses hasil pembelajaran pada *passing* atas bola voli, pada gerakan ini dibutuhkan pemahaman dan

konsentrasi yang baik sehingga menghasilkan gerakan *passing* atas yang lebih efektif dan efisien. Hal ini memanglah tidak mudah dalam pelaksanaannya karena harus menguasai beberapa teknik dasar yaitu sikap badan, sikap, kaki, dan sikap tangan. Ada beberapa cara untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas dengan teknik yang benar, diantaranya dengan metode latihan *driil* dan metode berpasangan. Untuk itu dibutuhkan kreatifitas dari pengajar itu sendiri dalam mensiasati pencapaian tujuan pembelajaran. Metode ini sangat penting peranannya demi kelancaran proses belajar.

Metode *driil* adalah untuk meningkatkan kemampuan menerima *passing* secara berulang-ulang/konsistensi terhadap ketepatan *passing*. Konsistensi merupakan bentuk melakukan pengulangan pada gerakan yang tepat sama, sehingga pada saat tertentu gerakan telah menjadi otomatis tujuan untuk melatih teknik dan arah *passing* yang tepat ke target. Metode *driil* ini menggunakan media pantul dinding

Metode berpasangan adalah membiasakan setiap pemain pada situasi bermain, karena bentuk latihan ini menyerupai bentuk dari permainan sesungguhnya dengan tujuan untuk melatih teknik dan arah *passing* yang ketempat terget.

Kelebihan dan kekurangan metode *driil* dan metode berpasangan adalah sebagai berikut :

PERBEDAAN

| NO | Kelebihan Metode <i>drill</i> | Kelebihan Metode berpasangan |
|----|--|---|
| 1. | Lemparaan bola selalu tepat sehingga mudah untuk melakukan gerakan <i>passing</i> atas | 1. Siswa tidak mudah jenuh karena mirip permainan yang sesungguhnya 2. siswa dapat mengarahkan, serta <i>passing</i> bola secara bergantian. |
| 2. | Mempunyai motivasi yang kuat karena ada pelatih yang mengumpan. | 3. Mepassing bola lebih akurat karena disesuaikan dengan temannya. |
| 3. | Faktor kesulitannya lebih sedikit | 4. siswa dapat belajar mengoreksi teman sendiri, bila ada kesalahan. |
| 4. | Guru mudah dalam mengoreksi gerakan yang salah. | |

Tabel 2. Kelebihan Metode Mengajar

| NO | Kelemahan metode <i>drill</i> | Kelemahan metode berpasangan |
|----|--|--|
| 1. | Siswa akan cepat jenuh karena hanya melakukan satu | 1. Jatuhnya bola diantisipasi apabila pasangannya tidak akurat |

| | | |
|----|---|--|
| | gerakan saja. | dalam mengarahkan atau mepassing bola. |
| 2. | Siswa harus selalu siap untuk melakukan passing atas. | 2. Siswa cepat lelah karena harus bergantian passing atas. |
| . | | 3. Siswa cepat jenuh karena melakukan gerakan <i>passing</i> berulang-ulang. |

Tabel 3. Kelemahan Metode mengajar

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka dalam penelitian ini diduga bahwa metode drill lebih efektif dibandingkan dengan metode berpasangan terhadap hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa kelas X SMK Patriot I Bekasi.

C. Hipotesis

Berdasarkan kerangka teoretis dan kerangka berpikir di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah Metode *drill* lebih efektif dibandingkan metode berpasangan dalam meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa kelas X di SMK Patriot 1 Bekasi