

**BAB II**  
**KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS**  
**PENELITIAN**

**A. Kerangka Teoritis**

**1. Hasil Belajar**

Kegiatan belajar mengajar merupakan satu kesatuan dari dua kegiatan yang searah, kegiatan belajar adalah kegiatan yang primer dalam kegiatan belajar mengajar. Sedang kegiatan mengajar merupakan kegiatan sekunder yang dimaksudkan untuk dapat terjadinya kegiatan belajar yang optimal. Situasi yang memungkinkan terjadinya kegiatan belajar yang optimal adalah suatu situasi dimana siswa dapat berinteraksi dengan guru. Situasi tersebut dapat lebih mengoptimalkan kegiatan belajar bila menggunakan media yang tepat. Agar dapat diketahui keefektifan kegiatan belajar mengajar, maka setiap proses dan hasilnya harus dievaluasi.

Proses belajar mengajar tidak terlepas dari kehadiran seorang pengajar. Dalam hal ini pengajar sebagai seorang pendidik memegang peranan penting dalam pelaksanaan proses belajar mengajar, karena akan berfungsi sebagai penggerak berlangsungnya proses belajar mengajar. Berkaitan dengan hal tersebut pengajar harus mempunyai materi yang akan disampaikan kepada siswa demikian juga dengan guru pendidikan jasmani harus menguasai pengetahuan, metode, dan media belajar mengajar yang

luas dalam bidang keolahragaan. Dengan menguasai pengetahuan dan metode pengajaran guru pendidikan jasmani dapat meningkatkan kualitas belajar, mengajar serta hasil belajar siswa. Berdasarkan uraian diatas kegiatan belajar mengajar dalam penelitian ini adalah kegiatan dimana terjadinya suatu interaksi antara guru dan murid yang membahas suatu materi sehingga terjadi evaluasi.

Belajar akan berhasil apabila seorang siswa dapat mengerti dan memahami materi yang diberikan dari seorang guru. Belajar yang efektif hasilnya merupakan pemahaman dan pengertian. Menurut Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain belajar adalah:

“Proses perubahan perilaku berkat pengalaman dan latihan. Artinya, tujuan kegiatan adalah perubahan tingkah laku, baik yang menyangkut pengetahuan, keterampilan maupun sikap, bahkan meliputi segenap aspek organisme atau pribadi. Kegiatan belajar mengajar seperti mengorganisasi pengalaman belajar, mengolah kegiatan belajar mengajar, menilai proses, dan hasil belajar, kesemuanya termasuk dalam cakupan tanggung jawab guru. Jadi hakikat belajar adalah perubahan.”<sup>1</sup>

Perubahan itu tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan melainkan juga kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan, minat, penyesuaian diri, pendeknya mengenai segala aspek organisme atau individu seseorang. Oleh karena itu seseorang yang belajar tidak sama lagi dibandingkan dengan saat sebelumnya yang hanya dapat ilmu pengetahuan dan kebudayaan dari guru saja untuk dihapal, karena peserta didik lebih

---

<sup>1</sup>Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, Strategi Belajar Mengajar, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006), h.10.

sanggup menghadapi kesulitan memecahkan masalah atau penyesuaian diri dengan keadaan. Peserta didik tidak hanya menambahkan pengetahuan, akan tetapi dapat pula menerapkan secara fungsional dalam situasi-situasi hidupnya.

Proses belajar diharapkan terjadi perubahan-perubahan pada individu yang belajar, dari perubahan itu diharapkan tidak hanya pengetahuan tetapi juga bentuk tingkah laku, kecakapan, keterampilan, penguasaan sikap, dan kebiasaan-kebiasaan yang positif. Berdasarkan uraian diatas, yang dimaksud dengan belajar dalam penelitian ini adalah belajar merupakan suatu interaksi antara peserta didik dengan guru dalam rangka untuk mencapai tujuan pembelajaran yang maksimal, maka perlu disusun dan direncanakan segala sesuatu yang mendukung proses interaksi tersebut.

Dalam proses belajar mengajar, seorang guru mempunyai peranan penting dalam menciptakan kondisi belajar sehingga dapat tercapai apa yang dikehendaki. Tindakan seorang guru untuk menciptakan kondisi belajar dapat dikatakan dengan mengajar. Mengajar bisa juga dikatakan sebagai situasi yang disengaja dan direncanakan secara sistematis sehingga tercapai proses belajar. Hal ini dijelaskan oleh Nana Sudjana yang menyatakan bahwa, mengajar adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada disekitar anak didik, sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong anak didik melakukan proses belajar. Pada tahap berikutnya

mengajar adalah proses memberikan bimbingan / bantuan kepada anak didik dalam melakukan proses belajar.<sup>2</sup>

Sedangkan menurut Sardiman AM, berpendapat bahwa mengajar adalah suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkan dengan anak, sehingga terjadi proses belajar. Atau dikatakan mengajar sebagai upaya menciptakan kondisi yang kondusif untuk berlangsungnya kegiatan belajar bagi para siswa. Kondisi itu diciptakan sedemikian rupa sehingga membantu perkembangan anak secara optimal baik jasmani maupun rohan, baik fisik maupun mental.<sup>3</sup> Jadi yang dimaksud proses mengajar adalah merupakan upaya yang dilakukan secara sistematis oleh seseorang untuk memberikan pengalaman intelektual, psikomotor serta membentuk sikap yang sesuai dengan tujuan pendidikan yang sudah ditetapkan secara terencana.

Berdasarkan uraian diatas mengajar dalam penelitian ini adalah suatu cara atau siasat yang dipergunakan oleh guru dalam meyajikan atau menyampaikan suatu bahan pelajaran kepada anak didik dalam usaha memperlancar kelangsungan proses belajar mengajar agar tercapai tujuan sesuai dengan yang diharapkannya.

Perubahan tingkah laku yang berlangsung secara sadar dan melibatkan segenap aktifitas siswa adalah merupakan proses belajar

---

<sup>2</sup>Nana Sudjana, Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar, (Bandung: Sinar Baru, 1994), h.29.

<sup>3</sup><http://ewintribengkulu.blogspot.com/2012/11/pengertian-mengajar.html?m=1> (diakses hari jumat, 13/09/2013, jam 14.00).

mengajar dapat dikatakan berhasil apabila, siswa telah memahami proses belajar mengajar serta mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hasil perubahan tingkah laku dari proses belajar mengajar inilah yang disebut hasil belajar.

Menurut pendapat Bloom dan kawan-kawan dalam buku strategi pembelajaran karangan Sudjana bahwa hasil belajar dikelompokkan dalam tiga kategori, yakni:

- 1). Domain kognitif  
Domain kognitif mencakup enam tingkatan yaitu pengetahuan (*knowledge*), pengertian (*comprehension*), penerapan (*application*), analisis, sintesis, dan evaluasi.
- 2). Domain afektif  
Domain afektif mencakup perubahan yang berhubungan dengan minat, sikap, nilai-nilai, penghargaan dan penyesuaian diri.
- 3). Domain psikomotor  
Domain psikomotor mencakup enam keterampilan yaitu keterampilan produktif (*productive skills*), keterampilan teknik (*technical skills*), keterampilan fisik (*physical skills*), keterampilan social (*social skills*), keterampilan pengelolaan (*managerial skills*), dan keterampilan intelek (*intellectual skill*).<sup>4</sup>

Pada tahap kognitif, siswa dituntut untuk mengingat, menganalisa tentang apa yang terkandung dalam materi yang dipelajari. Pada tahap afektif setelah melalui proses belajar diharapkan siswa mampu menguasai tentang sikap, minat serta nilai-nilai positif lainnya. Sedangkan pada tahap psikomotor menekankan pada tujuan agar siswa disamping mengerti dan memahami, tetapi juga harus mampu menguasai dan dapat melakukan kecakapan,

---

<sup>4</sup>Sudjana, Strategi Pembelajaran, (Bandung: Falah Production, 2000), h. 97.

keterampilan dari bahan yang dipelajarinya. Dalam pendidikan jasmani hasil belajar yang bersifat psikomotor merupakan bagian paling dominan meskipun demikian tujuan yang bersifat kognitif dan afektif juga ikut berperan serta. Oleh sebab itu dalam mengajar pendidikan jasmani, seorang pengajar selain harus menguasai bahan yang diajarkan juga harus bisa menggunakan media yang tepat agar siswa lebih mudah menerima materi pelajaran.

Menurut Nana Sudjana dalam bukunya menjelaskan bahwa, faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa ada 2 macam yaitu faktor dari dalam diri sendiri dan faktor yang datang dari luar diri siswa atau lingkungan. Faktor dari diri siswa yaitu kemampuan yang dimiliki siswa, faktor dari luar seperti motivasi belajar, minat, perhatian, sosial ekonomi, serta fisik siswa.<sup>5</sup>

Klasifikasi tujuan tersebut memungkinkan hasil belajar yang diperoleh peserta didik dari proses pembelajaran. Hal ini didasarkan dari asumsi bahwa hasil belajar dapat dilihat dari tingkah laku peserta didik. Hasil belajar yang didapat dari pengalaman peserta didik selama melaksanakan aktifitas disekolah akan mempermudah kinerja pengajar. Pengajar akan mengetahui kelemahan dan kekurangan setiap peserta didik saat mengikuti kegiatan belajar mengajar, sehingga pengajar akan merancang dan merencanakan berbagai metode yang tepat dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi demi mencapai tujuan yang diharapkan.

---

<sup>5</sup>Nana Sudjana, Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar, (Bandung: Sinar Baru, 1994), h. 39.

Berdasarkan uraian diatas hasil belajar dalam penelitian ini adalah perubahan tingkah laku secara sadar dengan melibatkan segenap aktivitas siswa di dalam memahami suatu materi sehingga tujuan yang telah ditetapkan tercapai.

## **2. Permainan Bola Voli**

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang tumbuh dan berkembang di Indonesia dan cabang olahraga yang cukup populer di kalangan masyarakat. Permainan bola voli sangat menarik bagi para pemain dan penontonnya sehingga digemari oleh sebagian besar bangsa Indonesia, terutama oleh mereka yang usia muda sejak dari anak-anak usia sekolah dasar sampai orang dewasa. Hal ini dapat kita lihat pada setiap pertandingan bola voli dimana saja, mulai dari tingkat desa hingga tingkat nasional selalu menyita perhatian pecinta bola voli di masyarakat.

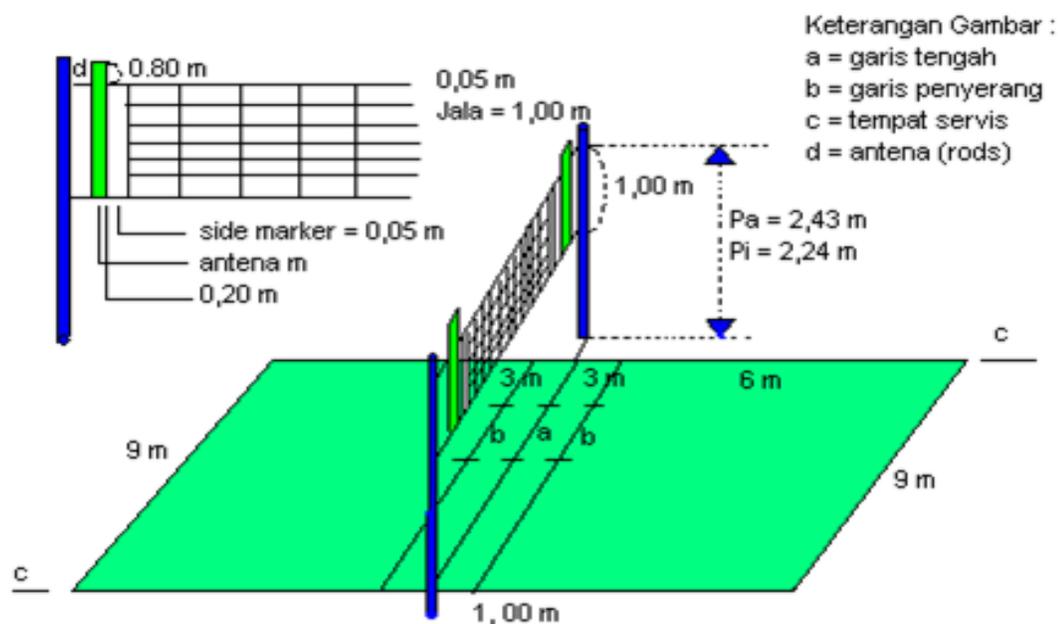
Permainan bola voli berawal dari sebuah permainan bernama mintonette yang ditemukan pada tahun 1895, oleh William C Morgan, seorang guru pendidikan jasmani Young Men's Christian Association (YMCA) di kota Holyoke, negara bagian Massachusetts, Amerika Serikat.<sup>6</sup> Permainan bernama mintonette dalam usahanya memenuhi keinginan para pengusaha lokal yang menganggap permainan bola basket terlalu menghabiskan tenaga dan kurang menyenangkan. Permainan ini cepat menarik perhatian karena

---

<sup>6</sup>Samsudin, Teori dan Praktek Bola Voli, (Jakarta: FIK UNJ, 2010), h. 2.

hanya membutuhkan keterampilan dasar, mudah dikuasai dalam jangka waktu latihan yang singkat, dan dapat dilakukan oleh pemain dengan berbagai tingkat kebugaran. Peraturan awalnya membebaskan jumlah pemain dalam satu tim.

Pada tahun 1896 nama permainan ini diubah oleh Alfred T. Halstead, yang setelah menyaksikan permainan ini, menganggap bahwa bola voli lebih sesuai setelah melihat bahwa dasar yang dipergunakan dalam permainan ini adalah memvoli bola atau memukul-mukul bola hilir mudik di udara.<sup>7</sup> Permainan bolavoli dilakukan dilapangan yang berukuran 9 x 18 meter dengan dibatasi oleh jaring atau net ditengahnya.



Gambar 1. Lapangan bola voli

Sumber: <http://sambunganhidup.blogspot.com/2012/10/ukuran-lapangan-bola-voli.htm> (diakses minggu, 24 Februari 2013, pukul 16.00 WIB)

<sup>7</sup>Ibid. h. 3

Permainan bola voli sekarang dikenal tidak hanya sebagai olahraga yang memerlukan banyak tenaga, tetapi juga sebagai kegiatan untuk rekreasi. Saat ini, olahraga bola voli dimainkan oleh hampir seluruh negara di dunia. Olahraga bola voli juga dapat dimainkan oleh beberapa pemain, dari yang berjumlah dua orang (voli pantai), sampai dengan enam orang.

Permainan bola voli di Indonesia dikenal sejak tahun 1928 pada jaman penjajahan Belanda. Guru-guru pendidikan jasmani didatangkan dari negara Belanda untuk mengembangkan olahraga pada umumnya dan bola voli pada khususnya. Perkembangan permainan bola voli di Indonesia sangat pesat diseluruh lapisan masyarakat, sehingga timbul klub-klub di kota besar di Indonesia. Dengan dasar itu maka di Jakarta pada tanggal 22 Januari 1955 didirikanlah organisasi persatuan bola voli seluruh indonesia (PBVSI).<sup>8</sup>

Dalam usaha untuk mencapai prestasi maksimal dalam bermain bola voli persiapan fisik, teknik, taktik, dan mental adalah faktor pendukung yang tidak dapat dipisahkan. Teknik dasar dalam bola voli harus dikuasai oleh semua pemain bola voli karena semua itu merupakan satu kesatuan yang utuh agar permainan dapat dimainkan dengan baik. Teknik dasar tersebut diantaranya adalah: 1. Servis (*service*), 2. *Passing*, 3. Umpan (*set-up*) 4. Smash (*spike*), 5. Bendungan (*block*).

---

<sup>8</sup>Samsudin, Teori dan Praktek Bola Voli, (Jakarta: FIK UNJ, 2010), h. 5.

Di dalam permainan bola voli, masing-masing regu hanya boleh memainkan bola sebanyak tiga kali sentuhan atau pantulan. Tiap pemain boleh melakukan dua kali sentuhan atau pantulan dengan catatan tidak dilakukan secara berturut-turut. Jadi menurut keterangan diatas permainan bola voli itu adalah olahraga permainan yang dilakukan di dalam lapangan dengan ukuran 9 x 18 dengan net ditengah sebagai pemisah dan cara memainkannya dengan memantulkan bola sebanyak tiga kali, jangan sampai menyentuh tanah.

### **3. Smash Bola Voli**

Smash bola voli adalah pukulan yang keras yang diarahkan kepetak lawan dan berfungsi sebagai serangan. Biasanya itu merupakan akhir, karena menurut peraturan bola voli hanya boleh 3 kali pukulan dalam satu petak sehingga tiap kali pukulan ke 3 yang harus diarahkan ke petak lawan.<sup>9</sup> Smash merupakan salah satu serangan dalam permainan bola voli yang paling memikat para pemain dan juga selalu mengundang kekaguman para penonton. Dalam permainan bola voli, smash adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan smash ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan meloncat yang tinggi.

---

<sup>9</sup>Direktorat Keolahragaan, Pemuda dan Olahraga, Olahraga Bola Voli, (Jakarta: Depdikbud, 1986), h. 21.

Smash merupakan suatu pukulan dimana tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, apabila pukulan bola lebih tinggi berada diatas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah.<sup>10</sup> Dalam permainan bola voli, smash merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli. Smash adalah senjata ampuh untuk menyerang, baik itu berupa sulitnya lawan untuk melakukan serangan maupun langsung mendapatkan angka.

Pemain yang melakukan smash mendapatkan kesempatan pertama memperoleh angka untuk timnya, apabila smash tidak dapat diterima oleh lawan atau langsung jatuh di petak lawan. Kecuali smash itu menyangkut di net, keluar dari lapangan, atau kesalahan dalam melakukan smash, hal tersebut mengakibatkan lawan justru mendapat nilai atau angka. Adapun cara melakukan smash menurut Barbara L. Viera, Bola Voli Tingkat Pemula terdiri dari beberapa tahapan gerak seperti yang diuraikan dibawah ini:

---

<sup>10</sup> [http://id.m.wikipedia.org/wiki/Bola\\_voli](http://id.m.wikipedia.org/wiki/Bola_voli) (Diakses sabtu, 05 Juli 2014, pukul 11.00 WIB)



Gambar 2. Tahap Persiapan Smash Bola Voli  
Sumber: Dokumen Pribadi

### 1) Tahap Persiapan

Sikap Kaki, kaki dalam posisi melangkah dengan jarak sewajarnya / salah satu kaki berada didepan dan dua langkah terakhir adalah langkah kanan dan kiri pendek atau langkah untuk meloncat. Dan gunakan kedua kaki ketika menolak. Sikap Badan dan Pandangan, badan agak condong kedepan bersiap untuk melakukan tolakan dan pandangan kearah bola. Sikap Tangan, ayunkan kedua lengan ke belakang sampai setinggi pinggang kemudian ayunkan lengan ke depan ke atas diiringi dengan tolakan.



Gambar 3. Tahap Eksekusi Smash Bola Voli  
Sumber: Dokumen Pribadi

## 2) Tahap Eksekusi / Gerak Pelaksanaan

Sikap Tangan, pada saat melayang tangan pukul ditarik seluas-luasnya kebelakang kepala, tangan lainnya menjaga keseimbangan dan pukul bola dengan posisi tangan lurus kedepan dan telapak tangan terbuka. Sikap Badan dan Pandangan, pandangan selalu kearah bola dan badan melenting seperti busur. Sikap Kaki, posisi kaki tidak terbuka dan sedikit ditarik kebelakang.



Gambar 4. Tahap Gerak Lanjutan Smash Bola Voli  
Sumber: Dokumen Pribadi

### 3) Tahap Gerak Lanjutan (Follow Through)

Sikap Tangan, jatuhkan kedua lengan sampai ke pinggul. Sikap Badan dan Pandangan, condongkan badan kedepan dan mata mengawasi bola ketika memukul. Sikap Kaki, mendarat dengan kedua kaki mengeper (hindari mendarat dengan satu kaki) serta jangan sampai keseimbangan tidak terkontrol dan tekuk kedua lutut.<sup>11</sup>

<sup>11</sup>Samsudin, Teori dan Praktek Bola Voli, (Jakarta: FIK UNJ, 2010), h. 22

Berdasarkan uraian diatas yang telah dijelaskan, yang dimaksud dengan smash bola voli dalam penelitian ini adalah salah satu serangan di dalam permainan bola voli dengan cara memukul bola voli sekeras mungkin sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan tinggi dan dapat menghasilkan poin.

#### **4. Metode Pembelajaran**

Pendidikan memegang peran penting dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang berkualitas. Oleh karena itu, pendidikan hendaknya dikelola, baik secara kualitas maupun kuantitas. Hal tersebut bisa tercapai apabila siswa dapat menyelesaikan pendidikan tepat pada waktunya dengan hasil belajar yang baik. Hasil belajar seseorang ditentukan oleh berbagai faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar seseorang yaitu, kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran dengan metode-metode yang tepat, yang memberikan mudahan bagi siswa untuk mempelajari materi pelajaran, sehingga menghasilkan belajar yang lebih baik.

Metode pembelajaran merupakan salah satu faktor penting dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini dijelaskan oleh Yusmawati yang menyatakan bahwa Metode pembelajaran ialah strategi pembelajaran sebagai alat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.<sup>12</sup> Lalu menurut Ridwan Abdullah Sani

---

<sup>12</sup>Yusmawati, Perencanaan Pembelajaran, (Jakarta: Prodi Penjas FIK UNJ, 2008), h. 78.

menyatakan bahwa Metode pembelajaran adalah langkah operasional dari strategi pembelajaran yang dipilih untuk mencapai tujuan pembelajaran.<sup>13</sup> Sedangkan menurut Saiful Bahri Djamarah Metode adalah suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.<sup>14</sup>

Berdasarkan pengertian metode pembelajaran yang dikemukakan oleh tiga ahli tersebut dapat disimpulkan, metode pembelajaran merupakan suatu cara atau strategi yang dilakukan oleh seorang guru agar terjadi proses belajar pada diri siswa untuk mencapai tujuan. Adapun tujuan proses pembelajaran adalah agar siswa dapat mencapai kompetensi seperti yang diharapkan. Untuk mencapai tujuan proses pembelajaran perlu dirancang secara sistematis dan sistemik.

Oleh karenanya, metode pembelajaran hendaknya dapat menumbuhkan kegiatan belajar pada diri siswa. Secara umum dapat dilihat bahwa metode mengajar dapat mengarahkan perhatian siswa terhadap hakikat belajar yang spesifik, membangkitkan motivasi untuk belajar, memberikan umpan balik dengan segera, memberikan kesempatan bagi siswa untuk maju sesuai dengan kemampuan dan kecepatannya sendiri, dapat mengembangkan dan membina sikap positif terhadap diri sendiri, guru, materi pelajaran serta proses pendidikan pada umumnya.

---

<sup>13</sup>Ridwan Abdullah Sani, Inovasi Pembelajaran, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 158.

<sup>14</sup>Op,Cit. h. 46.

Pendapat tersebut menunjukkan, penerapan metode pembelajaran yang dilakukan seorang guru akan mempengaruhi pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan metode pembelajaran yang tepat, dapat membangkitkan motivasi belajar siswa dan mendukung pencapaian hasil belajar yang lebih optimal.

## **5. Metode Pembelajaran Keseluruhan**

Keseluruhan atau *whole method* adalah suatu cara melatih yang beranjak dari yang umum ke yang khusus.<sup>15</sup> Kata pembelajaran mengandung arti bahwa sesuatu itu selalu diulang-ulang, akan tetapi bagaimanapun juga antara situasi belajar yang pertama dengan situasi belajar yang realistik, ia akan berusaha melatih keterampilannya. Bila situasi belajar itu diubah-ubah kondisinya sehingga menuntut respons yang berubah, maka keterampilan akan lebih disempurnakan.

Metode keseluruhan merupakan bentuk pembelajaran suatu keterampilan yang pelaksanaannya dilakukan secara utuh dari keterampilan yang dipelajari. Berkaitan dengan metode keseluruhan Sugiyanto berpendapat Metode keseluruhan adalah cara pendekatan dimana sejak awal pelajar diarahkan untuk mempraktekkan keseluruhan rangkaian gerakan

---

<sup>15</sup><http://www.arhysinjai.com/2012/09/metode-keseluruhan-dalam-pembelajaran.html/m=1>  
(diakses hari selasa, 22/10/2013, jam 20.00)

yang dipelajari.<sup>16</sup> Harsono berpendapat bahwa Metode keseluruhan (*whole method*) yaitu metode yang tidak perlu dipilah-pilih menjadi beberapa bagian dan dipelajari atau dilatih bagian demi bagian.<sup>17</sup> Semua bentuk pembelajaran yang dilakukan, baik itu pembelajaran yang bersifat intersif maupun pembelajaran yang hanya untuk hobi selalu dilakukan untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan dari orang yang berlatih.

Berdasarkan dua pendapat tersebut dapat disimpulkan, metode keseluruhan merupakan cara mengajar yang menitik beratkan pada keutuhan dari keterampilan yang dipelajari. Dalam metode keseluruhan, siswa dituntut melakukan gerakan keterampilan yang dipelajari secara keseluruhan tanpa memilah-milah bagian-bagian dari keterampilan yang dipelajari. Metode keseluruhan pada umumnya diterapkan untuk mempelajari suatu keterampilan yang sederhana.

Metode keseluruhan pada dasarnya sangat cocok atau relevan untuk mempelajari keterampilan yang sederhana. Namun demikian, apabila pada bagian-bagian tertentu terdapat kompleksitas atau gerakan yang sulit, maka dapat diajarkan secara khusus apabila siswa seringkali melakukan kesalahan.

---

<sup>16</sup>Sugiyanto, Belajar Gerak, (Jakarta: KONI pusat Pendidikan dan penataran, 2003), h. 35-67

<sup>17</sup>Harsono, Prinsip-prinsip Pelatihan, (Pusat Pendidikan Dan Penataran KONI Pusat Jakarta, 2000), h.15.

Pelaksanaan pembelajaran smash bola voli dengan metode keseluruhan yaitu, pertama-tama dijelaskan teknik smash dengan baik dan benar, meliputi sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut. Bagian-bagian gerakan teknik smash dijelaskan secara terperinci dan didemonstrasikan. Pelaksanaan dari masing-masing teknik dasar smash yaitu:



Gambar 5. Gerak smash bola voli dengan metode pembelajaran keseluruhan  
Sumber: <http://1.bp.blogspot.com/-PTWs9V9TyNE/UwXXP3XvYQI/AAAAAAAAAEaM/MiCllLptsAY/s1600/smash.jpg> (diakses minggu, 24 Februari 2013, pukul 16.00 WIB)

### 1) Tahap Persiapan

Sikap Kaki, kaki dalam posisi melangkah dengan jarak sewajarnya / salah satu kaki berada didepan dan dua langkah terakhir adalah langkah kanan dan kiri pendek atau langkah untuk meloncat. Dan gunakan kedua kaki ketika menolak. Sikap Badan dan Pandangan, badan agak condong kedepan bersiap untuk melakukan tolakan dan pandangan kearah bola. Sikap Tangan, ayunkan kedua lengan ke belakang sampai setinggi pinggang kemudian ayunkan lengan ke depan ke atas diiringi dengan tolakan.

### 2) Tahap Eksekusi / Gerak Pelaksanaan

Sikap Tangan, pada saat melayang tangan pukul ditarik seluas-luasnya kebelakang kepala, tangan lainnya menjaga keseimbangan dan pukul bola dengan posisi tangan lurus kedepan dan telapak tangan terbuka. Sikap Badan dan Pandangan, pandangan selalu kearah bola dan badan melenting seperti busur. Sikap Kaki, posisi kaki tidak terbuka dan sedikit ditarik kebelakang.

### 3) Tahap Gerak Lanjutan (*Follow Through*)

Pandangan, condongkan badan kedepan dan mata mengawasi bola ketika memukul. Sikap Kaki, mendarat dengan kedua kaki mengeper (hindari mendarat dengan satu kaki) serta jangan sampai keseimbangan tidak terkontrol dan tekuk kedua lutut.

Berdasarkan penjelasan teknik smash tersebut, apabila siswa telah jelas dan mengerti secara seluruhan, selanjutnya siswa mempraktekkan sesuai dengan contoh dari daerah smash. Dari pelaksanaan pembelajaran smash bola voli tentunya akan terjadi kesalahan. Jika terjadi kesalahan, maka guru berkewajiban membetulkan kesalahan tersebut. Kesalahan yang sering dilakukan, harus diberikan penekanan secara khusus agar siswa betul-betul memahami dan tidak mengulang kesalahan tersebut. Setelah kesalahan tersebut dibenarkan, selanjutnya siswa melakukan gerakan smash secara keseluruhan dengan tidak mengulangi kesalahan lagi.

## 6. Metode Pembelajaran Bagian Perbagian

Metode bagian merupakan bentuk pembelajaran keterampilan yang dilakukan secara bagian perbagian dari keterampilan yang dipelajari. Bentuk keterampilan yang dipelajari dipilah-pilah ke dalam bentuk gerakan yang lebih mudah dan sederhana. Berkaitan dengan metode bagian perbagian Andi Suhendro berpendapat bahwa Metode bagian adalah satu cara pengorganisasian bahan pelajaran dengan menitik beratkan pada penyajian elemen-elemen dari bahan pelajaran.<sup>18</sup> Lalu Sugiyanto berpendapat Strategi bagian perbagian adalah metode dalam melatih dimana menguasai suatu rangkaian gerakan pada siswa diajarkan bagian demi bagian dari unsur-unsur rangkaian gerakan untuk dipraktekannya bagian demi bagian pula.<sup>19</sup> Sedangkan menurut Samsudin adalah Setiap bagian dilatih satu persatu sesuai urutan teknik dasarnya, untuk kemudian disatukan setelah semua bagian terkuasai agar menjadi satu keterampilan yang utuh.<sup>20</sup>

Metode bagian perbagian siswa harus menguasai dahulu satu bagian, barulah dilanjutkan pada bagian yang lain dari yang mudah beralih ke yang sulit. Sehingga dapat diketahui bagian-bagian mana yang telah dikuasai dan bagian-bagian mana yang belum dikuasai oleh siswa, hal ini akan memudahkan guru dalam mengoreksi / menganalisa bagian gerakan yang

---

<sup>18</sup><http://rochimtoatw.blogspot.com/2014/05/normal-0-false-false-false-in-x-none-ar.html?m=1>  
(Diakses hari selasa, 22/10/2013, jam 20.00)

<sup>19</sup> Sugiyanto, *Belajar Gerak* (Jakarta: KONI pusat Pendidikan dan penataran, 2003), h. 35-67

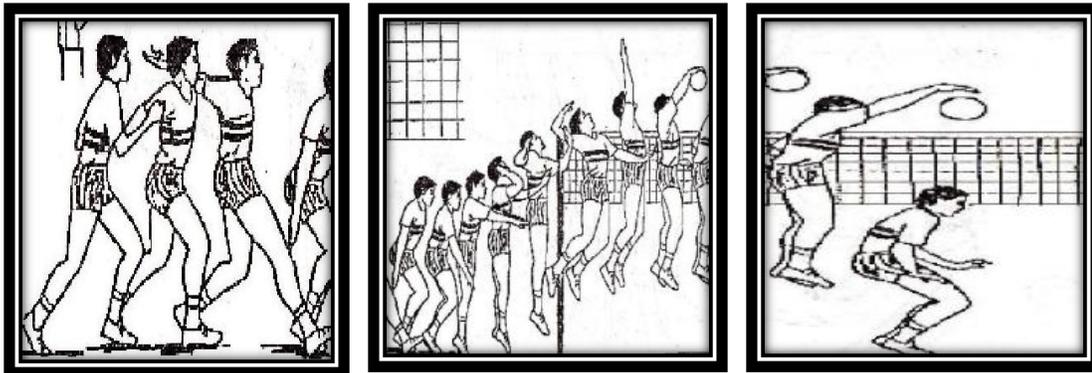
<sup>20</sup> Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. (Jakarta: Litera, 2008), h. 43.

salah. Misalnya seorang guru mengajarkan gerakan smash bola voli, kepada siswa tidak langsung diajarkan gerakan smash bola voli secara utuh. Mula-mula siswa diajarkan posisi awal sebelum melakukan smash, perkenaan bola ketika impact dengan bola kemudian sikap akhir dan pandangan setelah impact dengan bola, sehingga dalam melakukan koreksi juga perbagian gerakan tersebut.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa metode pembelajaran bagian perbagian merupakan suatu cara melatih dengan cara memberikan pemahaman kepada siswa bagian perbagian dari mulai yang mudah sampai ke tingkat yang lebih sulit.

Metode pembelajaran bagian perbagian bentuk pembelajaran suatu keterampilan yang dilakukan dengan memilah-milah dari gerakan keterampilan yang dipelajari. Berdasarkan pengertian metode bagian, maka pembelajaran smash bola voli dengan metode bagian yaitu: dari keseluruhan gerakan smash dipilah-pilah bagian perbagian. Setelah bagian-bagian tersebut dikuasai, kemudian digabungkan secara keseluruhan. Pelaksanaan pembelajaran smash bola voli dengan metode bagian yaitu, guru menjelaskan teknik gerakan smash yaitu dari sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut, untuk selanjutnya guru mendemonstrasikannya. Pelaksanaan teknik smash seperti dijelaskan sebelumnya. Namun dalam metode bagian ini dilakukan dengan cara memilah-milah teknik smash.

Pelaksanaan dari metode pembelajaran bagian perbagian adalah sebagai berikut



Tahap Persiapan

Impact dengan Bola

Tahap Gerak Lanjutan

Gambar 6. Gerak smash bola voli metode pembelajaran bagian perbagian  
Sumber: Barbara L. Viera, Bola Voli Tingkat Pemula

- Guru menjelaskan terlebih dahulu tujuan instruksional sebelum siswa melakukan gerakan tersebut.
- Guru mendemonstrasikan masing-masing elemen gerakan smash bola voli.
- Pembelajaran di mulai dengan penguasaan elemen gerakan smash dari elemen yang termudah hingga yang sulit, setelah dikuasai baru menuju keseluruhan rangkaian gerakan smash.
- Koreksi dilakukan pada masing-masing elemen gerakan smash
- Hasil yang masih belum baik, lambat laun dilancarkan.

Penggunaan metode pembelajaran bagian perbagian harus dipertimbangkan mengenai kompleksitas gerakan dan keeratan hubungan atau rangkaian antar unsur gerakan. Semakin kompleks gerakan atau rumitnya unsur rangkaian gerakan, sangat cocok dengan menggunakan metode bagian perbagian.

Berdasarkan pernyataan diatas metode pembelajaran bagian perbagian dalam penelitian ini adalah penyampaian materi pembelajaran

dilakukan secara bertahap yaitu dengan hal yang lebih kecil dan sederhana, sehingga memudahkan Guru dalam mengoreksi atau menganalisa bagian gerakan yang salah.

## **B. Kerangka Berpikir**

Pendidikan jasmani dan kesehatan sangatlah penting bagi kemajuan anak menjadi pribadi yang utuh sehat jasmani, rohani, maupun sosial. Pelajaran pendidikan jasmani sangatlah unik, dikarenakan didalam pelajaran pendidikan jasmani mencakup segala unsur yang dimiliki oleh setiap manusia yaitu afektif, psikomotor, dan kognitif.

Keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional yaitu tergantung pada kompetensi seorang guru pendidikan jasmani. Bagaimana seorang guru pendidikan jasmani dan kesehatan menyampaikan materi kepada siswa, dan siswa dapat menyerap lalu mengaplikasikan apa yang telah disampaikan oleh guru pendidikan jasmani tersebut, kemampuan itu salah satunya adalah dengan menentukan metode atau strategi pembelajaran yang efektif dan efisien dalam memberikan pembelajaran.

Metode pembelajaran merupakan salah satu cara untuk menyampaikan materi pelajaran yang akan disampaikan kepada siswa dan siswa dapat menyerap dan mengikuti apa yang disampaikan oleh seorang guru pendidikan jasmani. Bahwasanya yang kita ketahui metode

pembelajaran yang ada sangatlah banyak, namun dalam kesempatan ini hanya metode pembelajaran keseluruhan dan metode pembelajaran bagian perbagian yang akan dibahas.

Metode keseluruhan merupakan cara pembelajaran yang beranjak dari umum ke yang khusus sedangkan metode bagian perbagian merupakan cara pembelajaran yang dilakukan dengan memilah-milah bagian demi bagian, setelah bagian tersebut dikuasai maka mempraktekan secara keseluruhan.

Bola voli merupakan olahraga yang dimainkan 6 orang atau 2 orang untuk voli pantai, dengan menggunakan net, bola voli dan lainnya dengan teknik dasar: 1. servis, 2. *passing*, 3. Umpan (*set-up*), 4. smash (*spike*), 5. bendungan (*block*). Dalam permainan bola voli sekarang ini merupakan permainan yang cepat, dimana setiap regu bertanding ingin meraih angka yang banyak dan ingin menyelesaikan pertandingan dengan cepat. Untuk itu mereka melakukan smash dengan pukulan yang keras dan mematikan dengan berbagai cara dan gaya yang mereka lakukan. Untuk itu dibutuhkan penguasaan teknik smash yang baik agar tingkat keberhasilannya menjadi lebih baik.

Untuk dapat menguasai smash dengan teknik yang baik dan proses yang benar pada sasaran yang diinginkan oleh setiap pemain dibutuhkan pembelajaran. Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang sehingga mencapai otomatisasi dan teknik yang benar. Untuk pembelajaran smash ada beberapa metode pembelajaran yaitu smash dengan metode

pembelajaran keseluruhan dengan bagian perbagian. Dari kedua metode pembelajaran ini tentunya mempunyai kelebihan dan kekurangannya masing-masing.

Kelebihan dan kekurangan dari metode pembelajaran keseluruhan dengan metode pembelajaran bagian perbagian yaitu:

**Tabel 1. Kelebihan metode pembelajaran keseluruhan dan bagian perbagian.**

No.	Metode pembelajaran keseluruhan	Metode pembelajaran bagian perbagian
1.	Merangsang siswa untuk segera memiliki kemampuan smash.	1. Siswa dapat menguasai bagian-bagian teknik gerakan smash dengan baik dan benar.
2.	Membiasakan siswa untuk melakukan smash dengan jarak yang sesungguhnya, karena sejak awal telah dirangsang untuk melakukan smash dengan jarak yang sesuai dengan peraturan. Hal ini akan menjadikan kemampuan siswa untuk berorientasi terhadap lapangan menjadi lebih baik.	2. Siswa dapat terhindar dari kesalahan teknik, karena masing-masing teknik gerakan smash harus dikuasai baru ditingkatkan.
3.	Bagi siswa yang sudah memiliki dasar penguasaan teknik smash, pembelajaran ini sangat cocok, karena siswa tersebut tinggal melatih ketepatan bola.	3. Siswa dapat mengoreksi langsung kesalahan dirinya dan temannya saat melakukan smash secara bergantian.



### **C. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan penjabaran deskripsi teoritis, dapat ditarik kesimpulan sementara, yang selanjutnya akan dibuktikan kebenarannya melalui penelitian yang dilakukan. Hipotesis yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Metode pembelajaran keseluruhan setelah diberikan perlakuan efektif terhadap hasil belajar smash bola voli pada siswa SMK Negeri 1 Cikarang Barat.
2. Metode pembelajaran bagian perbagian setelah diberikan perlakuan efektif terhadap hasil belajar smash bola voli pada siswa SMK Negeri 1 Cikarang Barat.
3. Metode pembelajaran keseluruhan lebih efektif daripada metode bagian perbagian terhadap hasil belajar smash bola voli pada siswa SMK Negeri 1 Cikarang Barat.