II. KAJIAN PUSTAKA

A. Pengertian Belajar

Belajar adalah suatu proses, suatu kegiatan dan bukan suatu rahasia atau tujuan. Oemar Hamalik (2000). Belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku individu melalui interaksi dengan lingkungan. Belajar bukanlah suatu tujuan tetapi suatu proses mencapai tujuan. Jadi, merupakan langkah-langkah atau prosedur yang ditempuh. Sesorang dikatakan telah belajar sesutu apabila didalam dirinya terjadi perubahan tertentu, misalnya dalam olahraga bola voli sesorang anak tidak terampil melambungkan bola keatas dengan menggunakan kedua tangan, anak-anak karena belajar menjadi anak yang terampil dalam melambungkan bola, pandai bermain bola voli. Namun tidak semua perubahan yang terjadi pada diri sesorang itu terjadi karena orang tersebut masih dalam proses belajar. Misalnya perubahan yang terjadi pada bayi, terjadi terutama bukan karena belajar, bayi yang tadinya tidak dapat duduk menjadi bisa duduk. Margaret E. Bell Gredler (1991:1) mengatakan bahwa belajar adalah proses orang memperoleh kecakapan, keterampilan, dan sikap. Dan cara sikap sesorang melakukan sesuatu proses perubahan dpat terjadi kapanpun dan dimanapun. Bermain bola voli merupakan olahraga melatih anak menjadi terapil.

Gambar 1. Hukum belajar adopsi dari Tarigan Herman, (2008)

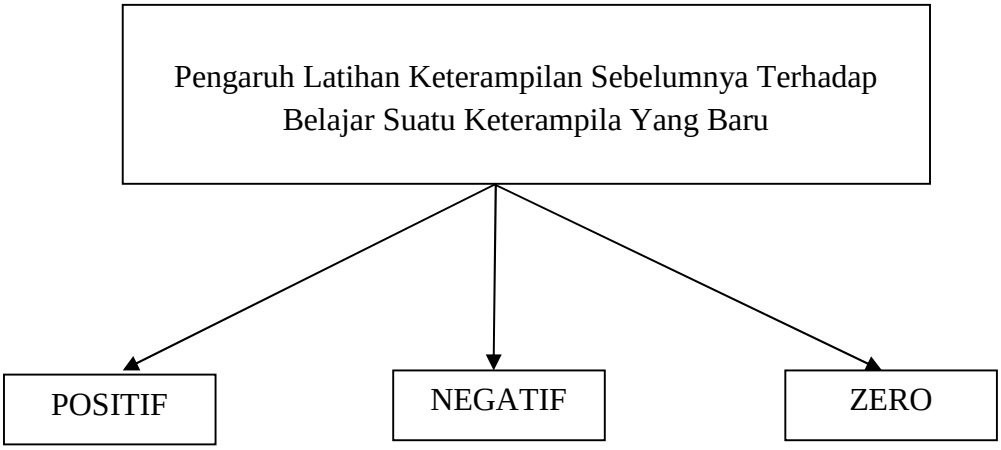
Menurut A. Tabrani Rusyan (1987:7), belajar dalam arti luas adalah suatu proses perubahan individu yang dinyatakan dalam bentuk penguasaan, dan penelitian terhadap atau mengenai sikap dan nilai, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalamberbagai bidang studi atau lebih luas lagi dalam berbagai aspek ataupun pengalaman yang terorganisasi.

1. Pengertian belajar gerak

Gerak adalah suatu proses peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali saja maupun berkali-kali, Poerdarminta (1984:316), Terlepas dari pengertian belajar pada umumnya, belajar gerak merupakan bagian dari belajar. Belajar yang menekankan pada aktivitas gerak tubuh disebut belajar gerak, kondisi belajar gerak adalah suatu keadaan yang diperlukan agar proses belajar mencapai tujuan. Menurut Poerdarminta (1984:316) gerak adalah

Suatu proses peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali saja maupun berkali-kali.

Dalam proses belajar keterampilan motorik tidak hanya perubaan yang bersifat psikomotorik yang dicapai, tetapi juga hersifat kognitif dan efektif. Seperti yang diungkapkan oleh Schmidt yang dikutip oleh Lutan (1998:102), bahwa belajar motorik adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil.



Gambar 2. Tranfer Dalam Belajar Gerak Adopsi Dari Tarigan Herman BelajarMotorik, (2008)

Dalam Mulyono Abdulrahman (1999:144), mengatakan bahwa belajar sensorik dimasa dini merupakan pembangunan dasar bagi pembangunan perseptual dan kognitif yang lebih kompleks. Keterampilan motorik adalah kegiatan motorik yang mungkin memiliki derajat ketelitian yang tinggi, tetapi tujuan adalah untuk menampilakan suatu tujuan tertentu. Mulyono Abdulrahman (1999:144).

Bloom, Krathwohl (1998:21) Beliau menyusun taksonomi untuk segi psikomotoris, tetapi sudah ada suatu taksonomi untuk aegi ini, dan telah

mendapat perhatian belakang ini. Ringkasan sistem ini dikemukan oleh E.J Simpon disajikan dibawah ini :

1. Persepsi. Langkah pertama dalam melakukan kegiatan yang bersifat motoris ialah menyadari objek, sifat, atau hubungan –hubungan melalui alat indra. Langkah ini bagian utama dalam rangkaian situasi-situasi interprestasi tindakan yang menimbulkan kegiatan motorik.

2. Set adalah kesiapan untuk melakukan suatu tidakan atau untuk bereaksi terhadap suatu kejadian menurut cara tertentu. Ada juga aspek set yaitu aspek intelektual, aspek fisis, aspek emosional.

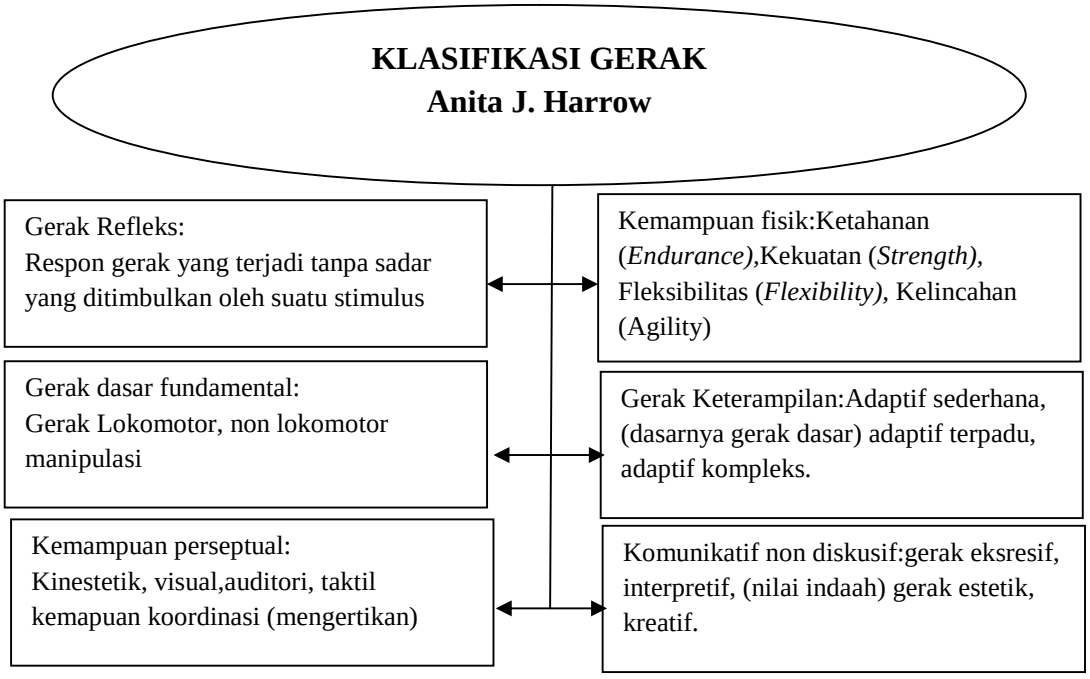
3. Respons terbimbing, inilah tingkat pemulaan dalam mengambangkan keterampilan motoris. Yang ditentukan ialah kemampuan-kemampuan yang merupakan bagaian dari keterampiln yang lebih kompleks. Respons terbimbing adalah perbuatan individu yang dapat diamati yang terjadi dengan bimbingan individu lain.

4. Respons mekanistis, pada taraf ini siswa sudah yakin akan kemampuannya dan sedikit banyak terampil melakukan sesuatu perbuatan. Sudah tertentu kebiasaan dalm dirinya berrespons sesuai dengan jenis-jenis perengsang dan situasi yang dihadapi.

5. Respons kompleks, pada taraf ini induvi dapat melakukan perbuatan motoris yang boleh dianggap kompleks, karena pola gerakan yang dituntut sudah kompleks. Perbuatan itu dapat dilakukan secara efisien dan lancar yaitu dengan menggunakan tenaga dan waktu yang sesedikit mungkin.

2. Keterampilan Gerak Dasar

Gerak dasar adalah suatu bentuk gerakan yang menuntun kepada keterampilan yang sifatnya kompleks. Gerak dasar tersebut meliputi gerak lokomotor, non kolomotor manipulatif. Suharsimi Arikunto (2008:123), keterampilan sama artinya kemahiran Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003). Penulisan mengartikan keterampilan ialah kemampuan sesorang untuk melakukan suatu aktivitas secra cekatan dengan baik dan benar. Keteram,pilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk melakukan suatu aktivitas secara cekatan dengan baik dan benar. Keterampilan ialah kemampuan sesorang untuk melakukan suatu aktivitas secara cekatan dengan baik dan benar. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan yang lebih kompleks. Intan (1998) membagi gerakan dasar yang melekat pada individu yaitu (1) lokomotor, (2) gerak non lokomotor (3) manipulatif.



Gambar 3. Klasifikasi gerak adopsi dari Tarigan Herman, (2008)

1. Intan dalam Tarigan Herman (2008). Didefinisikan sebagai gerak lokomotor, sedangkan gerak lokomotor itu sendiri adalah gerak yang digunakan untuk memudahkan tubuh dari suatu tempat lain atau memproyeksikan tubuh ke atas misalnya jalan. Lompat dan berguling "gerak non lokomotor"adalah keterampilan yang dilakukan tanpa memindahkan tubuh dari suatu tempatnya, misalnya membungkuk benda, memutar badan, mendorong dan menarik "sedangkan gerak manipulatif adalah keterampilan memainkan suatu proyek baik yang dilakukan dengan kaki maupun dengan atau bagian tubuh yang lain gerak manipulatif ini bertujuan untuk koordinasi mata kaki, mata tangan, misalnya melempar, mengkap, dan menendang.

2. Gerak

Gerak daalah kegiatan atau proses perubahan tempat atau posisi ditinjau dari titik padang tertentu Soedarmito (1993:197) gerak adalah suatu proses peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali saja atau berkali-kali, karena gerak merupakan penunjang dalam pelaksanaan proses belajar. Poerwardaminta,(1984:316).

Gerak dasar dalam bermain bola voli baik yang berkaitan dengan aktivitas dasar ini mencakup gerakan lokomotor dan keterampilan manipulatif belajar motorik / gerak adalah perubahan secara permanen berupa gerak belajar yang diwujudkan melalui respon"maskular dan diekspresikan gerakan tubuh.

1. Belajar gerak berperean dalam hal upaya peningkatan kualitas gerak tubuh dalam olahraga.

a). Perkembangan motorik adalah peningkatan kapasitas fungsi atau kemampuan kerja organ “tubuh, peningkatan biasa berbentuk daya fisik, koordinasi dan kontrol tubuh”.

Gerak dasar dibagi 3

1). Lokomotor

Gerakan pindah dari suatu tempat ketempat lain (jalan, lari, lompat, merangkak).

2). Non lokomotor / stabilisasi

Gerak berporos pada persendian tubuh (menekuk kaki, pivot dalam basket).

3). Manipulasi

Memainkan objek tertentu melalui anggota badan menendang, memukul klasifikasi gerak (Anita J. Harrow).

b). Gerak reflek (respon gerak yang terjadi tanpa sadar yang ditimbulkan oleh suatu stimulus.

c). Gerak dasar Fundamental (gerak lomotor, non lokomotor, manipulasi).

d). Gerak kemampuan fisik (ketahanan, kekuatan, fleksibility, kelincahan.

e). Keterampilan gerak (adatif, sederhana, adafif terpadu, kompleks).

f). Gerak komunikatif non diskusif gerak ekpresif, interaktif). Keterampilan gerak/motorskill adalah perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrok bagi tubuh yang terlibat gerak.

Keterampilan sama artinya kemahiran Kamus Besar Bahasa Indonesia (2003). Penulis mengartikan keterampilan ialah kemampuan sesorang untuk melakukan suatu aktivitas secara cekatan dengan baik dan benar. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan yang lebih kompleks. Intan (1998) membagi gerakan dasar yang melekat pada individu yaitu (1) lokomotor (2) gerak non lokomotor (3) manipulatif.

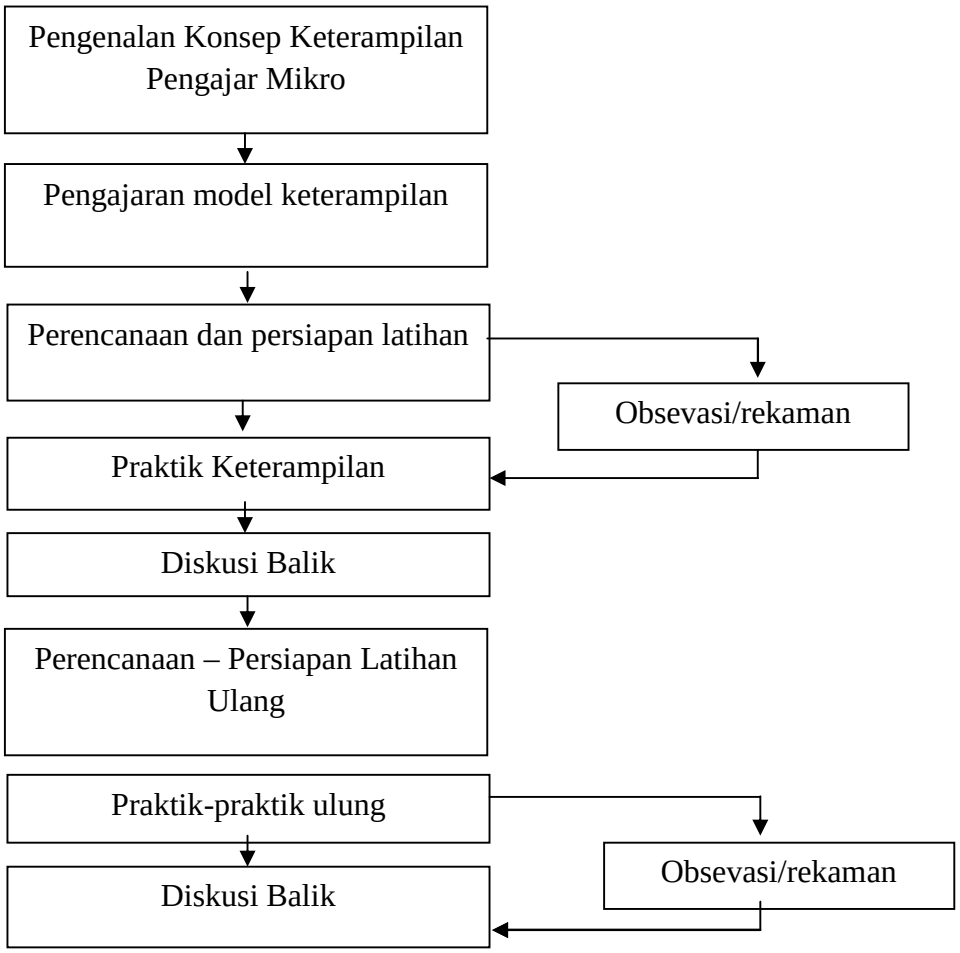
1. Intan dalam Tarigan Herman (2008), belajar motorik dapat di definisikan sebagai gerak lokomotor sedangkan gerak Lokomotor adalah gerak yang digunakan untuk memudahkan tubuh dari suatu tempat ke tempat lain atau memproyeksikan tubuh ke atas misalnya jalan, lompat dan berguling "gerak non lokomotor" adalah keterampilan yang dilakukan tanpa memindahkan tubuh dari suatu tempatnya, misalnya membungkuk badan, memutar badan, mendorong dan menarik "sedangkan ger manipulatif ini bertujuan untuk koordinasi mata kaki, mata tangan, misalnya melempar, menangkap, mendorong.

2. Gerak

   Gerak adalah kegiatan atau proses perubahan tempat atau posisi ditinjau dari titik padang tertentu Soedarminto (1993:197) gerak adalah suatu proses peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali saja atau

berkali-kali Poerwardaminta (1984:316) karena gerak merupakan penunjang dalam pelaksanaan proses belajar. Tujuan permainan dalam modifikasi bola plastik dan bola karet ini adalah agar mempermudah siswa melakukan passing bawah contohnya ketinggian net yang direndahkan dari 3,14 standar tinggi menjadi 170 cm dan bola voli dimodifikasi menjadi bola plastik semua tujuan agar siswa mudah mengikuti tahap pengenalan gerak passing bawah bola voli. Petunjuk gerakan atau pelaksanaan yang berhasil adalah apabila siswa melakukan passing bawah yang telah dimodifikasi dapat menyentuh net yang telah disediakan mendapat poin atau nilai tinggi. Dan apabila siswa tersebut dianggap gagal dan tidak mendapat poin. Metode mengajar pertimbangan yaitu metode praktik keseluruhan dan bagian pertimbangannya kompleksifitas gerak, keeratan antar unsur gerakan Tarigan Herman, (2006:2). Pada dasarnya, langkah pelaksanaan pengajaran mikro dapat digambarkan dalam diagram berikut ini:

Pelaksanaan Pengajar Mikro



Gambar 4. Pelaksanaan pengajaran mikro adopsi dari marno (2009)

Menurut Husdarta dan Yudha M. Saputra, (2002:2) mengajar merupakan suatu proses yang sangat kompleks, guru tidak hanya sekedar menyampaikan materi pelajaran kepada murid tetapi guru juga harus berusaha agar siswa mau belajar karena mengajar sebagai upaya yang disengaja, maka guru terlebih dahulu menyiapkan bahan yang akan disajikan kepada siswa dan guru juga harus memberikan rangsangan, bimbingan, pengarahan, dan dorongan kepada siswa tertarik belajar dan siswa aktif bertanya kepada guru, di sinilah letak kerumitan dan kesulitan pembelajaran bagi seorang guru.

Belajar mengajar adalah salah satu kegiatan yang bernilai edukatif, nilai edukatif mewarnai interaksi yang terjadi antara guru dengan anak didik. Interaksi yang bernilai edukatif dikarenakan kegiatan belajar mengajar yang dilakukan diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan sebelum pengajaran dimulai. Guru dengan sadar merencanakan kegiatan secara sistemetik dengan manfaatkan segala sesuatunya guna kepentingan pengajaran. Fungsi guru itu sendiri terdapat tiga aspek yaitu fungsi professional, fungsi guru kemanusiaan, fusngsi civic mission, ini berarti fungsi guru itu sendiri mendidik, mengajar dan melatih.

1. Strategi Pembelajaran

Strategi pembelajaran menurut Alwi Suparman (1997:155) adalah proses pembelajaran yang melibatkan berbagai komponen sebagai bagian dari prosedur yang digunakan untuk hasil belajar tertentu. Rita C. Richey (1994:34) mengatakan bahwa strategi pembelajaran adalah spesifikasi untuk meyeleksi serta mengurutkan peristiwa belajar atau kegiatan, pembelajaran dalam suatu pelajaran.

Model pembelajaran maupun strategi pembelajaran yang diperlukan untuk mengaplikasikannya berbeda-beda tergantung pada situasi belajar, sifat, materi dan jenis belajar yang diinginkan. Strategi pembelajaran merupakan kegiatan perencanaan yang dilakukan guru sebelum melakukan proses pembelajaran berlangsung. Depdiknas (2004:26).

Strategi liputi aspek yang lebih luas dari pada metode pembelajaran, strategi pembelajaran merupakan cara pandang dan pola pikir guru dalam mengajar.

Dalam mengembangkan strategi pembelajaran strategi pembelajaran paling tidak guru perlu mempertimbangkan beberapa hal antara lain, bagaimana mengaktifkan siswa, bagaimana siswa membangun peta konsep, bagaimana mengumpulkan informasi dari meia cetak, bagaimana membandingkan dan mensintesiskan informasi, bagaimana mengamati (mengawasi) kerja siswa secara aktif, bagaiman cara menganalisis dengan peta akibat atau roda masa depan serta bagaiman melakukan kerja praktik.

Tujuan pokok strategi pembelajaran adalah memberi kemudahan belajar, dengan demikian maka mempunyai perhataian atau penekanan yang khusus pada pihak pembelajar. Pendekatan tujuan pemakaian strategi adalah untuk mempengaruhi keadaan motivasi atau efektif sang pembelajar menyeleksi memperoleh, mengorganisasi, atau mengintegrasikan pengetahuan baru. Weinstein (1998:315) dalam strategi pembelajaran, menjelaskan komponen umum suatu perangkat material pembelajaran dan pengembangan materi secara prosedural haruslah berdasarkan karakteristik siswa. Karena material pembelajaran yang dikembangkan pada akhirnya dimaksudkan untuk mambantu siswa agar memperoleh kemudahan dalam belajar. Untuk itu sebelum mengembangkan materi perlu dilihat kembali karakteristik siswa.

Dalam tulisan lain diajurkan melihat pula karakteristik materi. Henry Guntur Tarigan (2001:2) mengemukakan bahwa dalam merencanakan dalam suatu unit pembelajaran ada tiga tahap, yaitu:

1. Mengurutkan dan mengumpulkan tujuan kedalam pembelajaran

2. Merencanakan pembelajaran, pengetesan, dan kegiatan tindakan lanjut.

3. Menyusun alokasi waktu berdasarkan strategi pembelajaran.

Strategi pembelajaran merupakan hal yang perlu diperhatikan guru dalam proses pembelajaran, paling tidak ada tiga jenis strategi yang berkaitan dengan pembelajaran, yaitu :

1. Strategi pengorganisasian pembelajaran.
2. Strategi penyampaian pembelajaran.
3. Strategi pengolaan pembelajaran.

Menurut Reigulth hasil pembelajaran dapat diklasifikasikan menjadi tiga aspek yakni :

1. Keefektifitasan pengajaran (pembelajaran).
2. Efisiensi pengajaran.
3. Daya tarik pengajaran.

Uraian mengenai strategi penyampaian pengajaran menekankan pada media yang dipakai untuk menyampaikan pengajaran, kegiatan belajar apa yang dilakukan siswa, dan dalam struktur belajar mengajar yang bagaimana.

C. Pendidikan Jasmani di SMP

Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani guna mencapai pertumbuhan dan perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani siswa sosialisasikan kedalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga.

Pembinaan dan pengembangan pendidikan jasmani merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang bertujuan pada peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, serta mencapai pertumbuhan fisik dan mental. Hal ini sesuai pendapat Aip Syarifuddin (1990:2), yang mengartikan pendidikan jasmani ialah suatu susunan kegiatan manusia yang direncanakan untuk merancang dan meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan dan perkembangan, kecerdasan dan pembentuk watak serta nilai dan sikap bagi warga negara sebagai kelengkapan dari pendidikan.

Dalam kurikulum pendidikan jasmani SUP Depdikbud, (2000:2) menyebutkan tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan adalah membantu dalam meningkatkan kesehatan melalui pengenalan dan pemahaman sikap positif serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani agar dapat terciptanya kurikulum yang dapat dimengerti dan dipahami dijenjang pendidikan manapun. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan jasmani khususnya tinggi dan berat badan secara harmonis.

1. Terbentuknya sikapdan prilaku seperti, disiplin, kejujuran, kerjasama mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku.

2. Menyenangkan aktivitas jasmani yang dapat dipakai untuk mengisi waktu luang serta kebiasaan hidup sehat.
3. Mempunyai kemampuan untuk menjelaskan tentang manfaat pendidikan jasmani dan kesehatan, serta mempunyai kemampuan penampilan gerak yang benar dan efisien.
4. Meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan, serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.

1. Fasilitas Media Pembelajaran

Media berasal dari bahasa latin dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar, dengan demikian media merupakan wahana penyalur informasi belajar atau penyalur pesan. Media adalah sumber belajar, secara luas diartikan sebagai manusia, benda ataupun peristiwa ang memungkinkan anak didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan Aswan Zain (2006:120).

Media dalam proses belajar mengajar, cenderung diartikan sebagai alat-alat grafis, fotografis, atau elektronis untuk menangkap, memproses dan menyusun kembali informasi visual atau verbal. Media yang sering diganti dengan kata mediator menurut Fleming (1987:234) adalah penyebab atau alat yang turut campur tangan dalam dua pihak dan mendamaikan. Dengan demikian dapat dipahami bahwa media adlah alat bantu apa saja yang dapat dijadikan sebagai penyalur pesan guna mencapai tujuan dalam pengajaran. Aswan Zain (2006:121). Pendekatan modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP

(*Developentally Appropriate Practice)* termasuk di dalamnya *body scanning* atau penyesuaian dengan ukuran tubuh siswa yang sedang belajar.

Ensensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara menentukannya dalam bentuk aktivitas belajar yang pontensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajar. Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani dianggap penting untuk diketahi oleh para guru pendidikan jasmani. Diharapkan dengan mereka dapat menjelaskan pengertian dan konsep modifikasi, menyebutkan apa yang dimodifikasi dan bagaiman cara memodifikasinya, menyebutkan dan menerangkan beberapa aspek analisis modifikasi.

Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan mengajarkan siswa yang tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil. Cara-cara guru memodifikasikan pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajaran yang diberikan guru mulai awal hingga akhir pelajaran. Selanjutnya guru-guru pendidik jasmani juga harus mengetahui apa saja yang bisa dan harus dimodifikasi serta tahun bagaiman cara memodifikasinya. Dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik serta tahu bagaimana cara memodifikasinya dalam penyelanggaraan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu *Developentally Appropriate Practice* (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong kearah perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan yang

dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya. Tugas ajar itu juga harus mampu mengakomondasi setiap perubahan dan perbedaaan karakteristik induvidu dan mendorongnya kearah perubahan yang lebih baik. Disini seorang guru pendidikan jasmani harus memahami betul tentang pembelajran dengan menggunakan pendekatan modifikasi. Beberapa aspek analisis modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, dan evaluasinya.

Disampaikan pengetahuan dan pemahaman yang terbaik tentang tujuan, karakteritas, materi, kondisi lingkungan, dan evaluasi, keadaan saran, prasarana dan media pengajaran pendidikan jasmani yang dimiliki oleh sekolah akan mewarnai kegiatan pembelajaran itu sendiri. Dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari yang paling dirasakan oleh para guru pendidikan jasmani adalah hal-hal yang berkaitan dengan sarana serta prasarana pendidikan jasmani yang sangat diperlukan. Minimnya saran dan prasarana pendidikan jasmani untuk lebih kratif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang menarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Seperti halnya halaman sekolah, taman ruangan kosong, parit, selokan dan sebagainya yang ada di lingkungan sekolah, sebenarnya dapat direkayasa dan dimanfaatkan untuk kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan melakukan modifikasi sarana maupun prasarana, tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani. Bahkan sebaliknya,

karena siswa bisa difasilitasi untuk lebih banyak bergerak, melalui pendekatan bermain dalam suasana riang gembira. Jangan lupa bahwa kata kunci pendidikan jasmani adalah “Bermain- bergerak- ceria”.

Lutan (1988-16) menyatakan bahwa modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar:

a). Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran.

b). Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi.

c). Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif dan psikomorik anak.

Menurut Ausie (1996), pengembangan modifikasi di Australia dilakukan dengan pertimbangan :

b). Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa

c). Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak.

d). Olahraga yang dimodifiasikan akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan standar untuk dewasa.

e). Olahraga yang dimodifikasi menumbuhakan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalan situasi kompetitif.

D. Pengertiab Bermain Bola Voli

Menurut LJ Maspaite (1983:01) bola voli salah satu cabang olahraga yang populer di dunia, penggemarnya banyak berasal dari segala usia bahwa bola voli merupakan olahraga yang menyenangkan/mendidik dan menghibur serta menyehatkan badan. Dalam permainan bola voli setiap tim memiliki 6 pemain dilapangan. Satu angka diberikan untuk setiap bola masuk daerah lawan yang dicetak dari dalam garis 1 angka. Lapangan pemainan bola voli berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter, lebar 9 meter dikelilingi oleh daerah bebas minimal 3 meter, dan ruang bebas dari rintangan sampai ketinggian minimal 7 meter, dari permukaan permainan. Untuk melakukan pemainan bola voli ada keterampilan dasar bola voli meliputi *passing, smash, setup (lompat), block*.

Bermain bola voli adalah suatu bermain yang menggunakan bola untuk divoli diudara hilir mudik diatas net. Dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah bagian lawan, dalam rangka mencari kemenangan. Memvoli atau memantulkan bola keudara dapat mempergunakan seluruh anggota atau bagian tubuh dari ujung kaki sampai kepala dengan pantulan sempurna. Bermain bola voli diciptakan pada tahun 1985 oleh Willam G. Morgan, yaitu seorang pembina pendidikan jasmani di YMCA (*young Men Chistian Association)* di kota Holyoke, Massachusetts, Amerika serikat. W.G. Morgan menciptakan barmain di udara dengan cara pukul memukul, melewati jaring yang dibentangkan dengan lapangan yang sama luasnya. Bola yang digunakan saat itu adalah mengambila dari bagian dalam bola basket dan jaring yang digunakan adalah jaringan untuk main tenis. Pada mulanya, bermain ini

diberi nama Minonette. Kemudian atas saran dari Halsted Springfield namanya diganti menjadi *Volly Ball* yang artinya memvolly bola secara bergantian. Mula-mula bermain bola voli hanya dimainkan dikalangan YMCA tempat morgan berkerja, baru pada tahun (1922), YMCA berhasil menyelenggarakan kejujuran nasional bola voli yang pertama, dan berlangsung sapai tahun 1947. Pada tahun 1948, dibentuklah organisasi bola voli di dunia dengan nama IVBF (*International Volley Ball Federation).*

Di negara Indonesia, bermain bola voli masuk pada tahun (1928) dibawah oleh guru-guru yang datang dari negeri Belanda dan para serdadu Belanda. Bola voli telah dipertandingkan dalam PON 1 pada tahun (1952) di Solo. Kemudian pada tanggal 22 Januari (1955) terbentuklah PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia) di Jakarta, bersamaan dengan kejujuran nasional yang pertama

1. Pengertian Passing

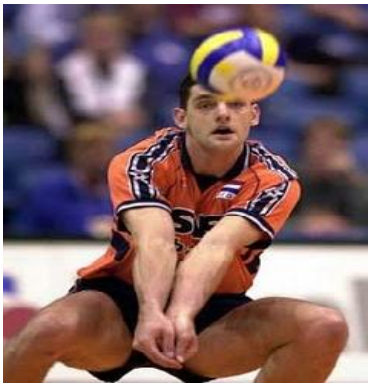
Passing adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan satu teknik tertentu. Gerakan dasar passing bawah bola voli adalah gera dasar, memantulkan bola voli dengan suatu koordinsi gerak yang melewati gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola masuk melewati net.

Adapun ukuran lapangan bola voli yang umum adalah 9 meter x 18 meter. Ukursn tinggi net putra 2,43 meter dan untuk net putri 2,24 meter. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis setengah (sejajar dengan jaring). Garis tepi lapangan adalah 5 cm.

a. Cara Pemainan

Pemainan ini dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang pemain dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu. Dalam sebuah tim, terdapat 4 peran peting, yaitu tosser (atau *setter*), *spiker (smash), libero dan defender (*pemai bertahan). *Tosser* atau pengumpan adalah orang yag bertugas untuk mengumpankan bola kepada rekannya dan mengatur jalannya permainan. *Spiker* bertugas untuk memukul bola agar jatuh di daerah pertahanan lawanan. *Libero* adalah pemain bertahan yang bisa bebas keluar dan masuk tetapi tidak boleh men-*smash* bola ke seberang net. *Defender* adalah pemain yang bertahan untuk menerima serangan dari lawan.

Permainan voli menuntut kemampuan otak yang prima, terutama *tosser*, Tosser harus dapat mengatur jalannya pemainan. *Tosser* harud memutuskan apa yang harus dia perbuat dengan bola yang dia dapat, dan semuanya itu dilakukan dalam sepersekian detik sebelum bola jatuh ke lapangan sepanjang permainan. Permainan ini dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang pemain dan mengusahakan untuk mencapai angka 25 terlebih dahulu untuk memenangkan suatu babak.



Gambar 5. Gerakan passing bawah

E. MODIFIKASI KETINGGIAN NET DAN BOLA PLASTIK

Memodifikasi Ketinggian net merupakan alat bantu siswa agar mempermudah siswa bermain bola voli khususnya passing bawah dan dengan merendahkan ketinggian net sebagai modifikasi net dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Oleh karena itu dengan merendahkan ketinggian net sangat dibutuhkan oleh guru untuk mempermudah anak melakukan passing bawah bola voli. Modifikasi Ketinggian net ini berujuan untuk mempermudah guru penjaskesrek. Dalam menyampaikan cara atau gerakan dalam bola voli, jadi siswa dengan mudah dapat mengikutinya guru yang tau sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan lancar sedangkan tujuan dari modifikasi itu sendiri adalah merupakan salah satu cara yang strategis bagi guru untuk memperbaiki. Layanan kependidikan yang harus dilaksanakan dalam konteks pembelajaran dilapangan. Dan peningkatan kwalitas program sekolah secara keseluruhan walau pun menggunakan modifikasi tapi cara-cara penyampaian guru dalam bermain bola voli tetap sama dengan yang aslinya. Contohnya ketiggian net direndahkan dari 2,43 di modifikasi menjadi 1,70 cm. Dilihat dari sisi praktek guru dilapangan, guru yang paling banyak pengalaman, guru yang diajarkan kapan siswa yang harus dimunculkan dan kapan sesuatu yang harus tidak diajarkan atau dipakai. Jadi jenis modifikasi ini merupakan salah satu tindakan yang nyata dimana antara guru dengan siswa terlibat langsung dilapangan dalam proses memecahkan masalah yang ada di lapangan adapun ciri-ciri modifikafi ketinggian net ini adalah:

1. Praktis dan relevan untuk situasi yang mendesak yang ada dilapangan tersebut.

2. Dapat dilakukan dimanapu dan mudah untuk dijangkau,

3. Dilakukan dilapangan melalui proses pembelajaran.

Dalam modifikasi ini artinya guru melakukan sesuatu guna meningkatkan hasil belajar siswa. Dengan kata lain, guru harus mengutamakan hasil yang lebh baik dari sebelumnya. Dalam memecahkan masalah dalam proses pembelajaran guru pintar dalam menentukan strategi atau metode apa yang akan dipakai agar siswa mendapatkan nilai yang lebih baik sehingga proses pembelajaran dapat lancar. Modifikasi Ketinggian net dapat membantu guru dalam mengajar dan dapat mempermudah siswa dalam mengikutinya. Inilah salah satu tugas seorang guru menetukan strategi pembelajaran. Asensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara menentukan dalam bentuk aktivitas belajar yang pontensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. modifikasi ketinggian net ini sangat penting untuk diketahui oleh para guru pendidikan jasmani. Ini diharapkan mereka dapat mempraktekan langsung didalam pengajaran cara ini dimaksudkan untuk menuntut, mengarahkan yang tadinya tidak biasa menjadi biasa. Yang tadinya kurang terampil menjadi terampil. Oleh karena itu seorang guru harus benar-benar tau dan yakin proses pembelajaran yang dipakai dapat berhasil. Merendahkan ketinggian net dari aslinya sebagai alat bantu yang evisien dan relevan yang membantu guru dalam proses pembelajaran dilapangan selanjutnya guru-guru pendidikan jasmani juga harus mengetahui yang biasa yang harus dimodifikasi serta tau bagaimana cara memodifikasinya dalam penyelenggaraannya program pendidikan jasmani program pendidikan jasmani itu sendiri, artinya tugas seorang guru harus memperhatikan perubahan

dan kondisi anak, dan dapat mendorong beserta memberikan semangat kearah perubahan lebih baik. Guru pendidikan jasmani harus mampu menyampaikan materi pembelajaran yang telah dimodifikasi contohnya ketinggian net direndahkan banyak keberhasilan yang dicapai dan memodifikasi ketinggian net ini tingkat keberhasilan yang dicapai setelah disampaikan oleh siswa SMP Negeri 22 mencapai 70% efektifitas berarti modifikasi ini dapat dipakai di sekolah dimanapun.

4. Modifikasi bola plastik bertujuan mempermodah siswa dalam bermain bola voli khususnya passing bawah bola voli. Bola plastik ini sangat ringan dan mempermudah siswa menggunakannya sedangkan bola asli bola voli sangat berat dan sulit menggunakannya. Memodifikasi bola plastik ini juga bertujuan agar proses pembelajaran menjadi lancar. Modifikasi bola plastik ini dapat membantu guru dalam menentukan metode yang akan dipergunakan pada saat mengajar dilapangan memodifikasi bola plastik ini dapat membantu dalam menentukan metode yang akan digunakan pada saat mengajar dilapangan memodifikasi bola plastik juga sangat dibutuhkan bagi sekolah-sekolah yang tidak memiliki fasilitas yang memadai. Dengan menggunakan bola plastik sebagai modifikasi bola voli dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Melakukan modifikasi bola plastik merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh seorang guru agar proses pembelajaran dilapangan dapat berjalan. Modifikasi bola plastik dianggap sangat penting untuk diketauhui seorang guru pendidik jasmani. Di harapkan dengan seorang dapat mempraktekan di lapangan memodifikasi bola plastik siswa menjadi pandai dalam melakukan passing bawah bola voli. Cara ini untuk menuntun,

mengarahkan dan mempelajaran siswa yang tidak bisa melakukan passing bawah menjadi biasa melakukan passing bawah bola voli. Yang tadinya kurang trampil menjadi terampil. Cara seorang guru memodifikasi bola plastik akan tercermin dari aktifitas pembelajaran yang diberikan seorang guru melai awal hiangga akhir pelajaran memodifikasikan.

Selanjutnya seorang guru harus mengetahui bagaimana cara memodifikasi bola plastik. Bola plastik bisa didapat dimana saja dan penggunaanya sangat efisien sehingga proses pembelajaran dapat terlihat dengan lancar dilapangan. Dalam hal ini memodifikasi bola plastik sangat membantu seorang guru penjaskesrek dalam menyampaikan pembelajaran dilapangan. Dalam melaksanakan tugasnya sehari – hari yang dirasakan oleh para guru pendidikan jasmai adalah hal-hal yang berkaitan oleh sarana dan prasaran pendidikan jasmani yang sangat diperlukan. Minimnya sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah, menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kratif dalam memperdayakan dan mengobtimalkan sarana dan prasarana yang ada. Seorang pendidik jasmani harus mampu menciptakan sesuatu yang baru contohnya dengan memodifikaiskan bola plastik berarti seorang guru mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasikan yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin sehingga anak didik senang mengikuti pelajaran tersebut, modifikasi bola plastik dapat bertujuan agar sisa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran tersebut dan siswa melakukan passing bawah dengan benar dengan cara memodifikasikan bola voli giganti oleh bola plastik. Seorang guru harus yakin dan mampu bahwa modifikasi bola plastik dapat meningkatkan nilai penjaskes di sekolah.

F. HIPOTESIS

Hipotensis adalah jawaban sementara terhadap suatu masalah penelitian oleh karena itu suatu hipotensis tersebut perlu diuji guna mengetahui apakah hipotensisi tersebut terdukung oleh data yang menunjukan kebenaranya atau tidak. Suharsimi Arikunto (1998:21). H^1 dengan menggunakan tali rapia sebagai alat modifikasi net dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII B tahun pelajaran 2010/2011 dalam passing bawah bola voli.

H^2 dengan menggunakan bola plastik sebagai modifikasi bola voli dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII B tahun pelajaran 2010/2011 dalam passing bawah bola voli.