

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran penting di jenjang Sekolah Dasar karena berfungsi mengembangkan kemampuan motorik, fisik, mental, serta sosial peserta didik. Salah satu materi pokok dalam pembelajaran PJOK adalah permainan bola voli, yang bertujuan memperkenalkan teknik dasar serta menumbuhkan kerja sama dalam permainan tim.

Pendidikan jasmani sebagai komponen secara keseluruhan dari pendidikan telah disadari manfaatnya oleh banyak kalangan. Tetapi mereka mempunyai perbedaan pendapat dalam memahami pengertian tentang Penjas. Perbedaan pendapat itu wajar, yang terpenting seseorang harus melakukan pembatasan pengertian yang dianut secara jelas dan konsisten. Dalam KTSP tahun 2006 (Depdiknas, 2006: 204). Penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesegaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Sedangkan menurut beberapa ahli seperti Rusli Lutan (2000: 1) Penjas merupakan wahana dan alat untuk membina anak agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup. Menurut Subagiyo dkk (2008: 18) pendidikan jasmani adalah latihan jasmani yang dimanfaatkan, dikembangkan, dan didayagunakan dalam

pendidikan. Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah usaha sadar yang dilakukan guru untuk mengembangkan dan meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan motorik, kemampuan berpikir dan sikap positif melalui berbagai bentuk aktivitas permainan, olahraga, dan pendidikan kesehatan sehingga anak dapat menjalani pola hidup sehat sepanjang hayatnya.

Kesegaran Jasmani Kesegaran jasmani menurut pusat pengembangan kualitas jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Menurut Djoko Pekik Irianto (2004: 2), kesegaran fisik (*physical fitness*), yakni kemampuan seseorang untuk dapat melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luangnya.

Di antara berbagai teknik dalam permainan bola voli, passing atas merupakan teknik dasar yang sangat penting. Passing atas digunakan untuk menerima servis atau bola serangan lawan yang datang rendah, dan menjadi dasar kelancaran permainan. Namun dalam praktiknya, banyak siswa mengalami kesulitan dalam menguasai teknik passing bawah. Berdasarkan observasi awal di kelas V SD, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum memahami gerakan passing bawah secara benar, baik dari segi posisi tubuh, koordinasi tangan, arah bola, maupun ketepatan gerakan.

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga permainan yang begitu populer di masyarakat, sehingga sangat diminati pula oleh anak-anak sekolah dalam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah. Gerakan dalam permainan bola voli membutuhkan keberanian, kelentukan tubuh, dan power /tenaga yang kuat, serta teknik yang benar, di samping itu olahraga ini sangat menyenangkan

bagi anak sekolah khususnya SD Negeri Danau Ina sangat menyukai olahraga yang mengandung permainan. Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 regu yang berlawanan yang masing-masing regu mempunyai anggota 6 orang, cara bermainnya dengan cara mem-voli bola diatas net dengan maksud dan tujuan berusaha menjatuhkan bola kepetak/lapangan lawan dan mencari kemenangan dalam bermain. Mem-voli adalah memukul bola sebelum bola jatuh mengenai lapangan, gerakan mem-voli dilakukan dengan cara memantulkan bola keatas dengan menggunakan seluruh anggota tubuh dengan syarat sentuhan atau pantulan harus sempurna.

Menurut hasil observasi yang diperoleh dari guru mata pelajaran penjasorkes di SD Negeri Danau Ina minimal (KKM) yang diterapkan pada siswa kelas V adalah Salah satu faktor permasalahan yang mempengaruhi peningkatan hasil belajar passing bola voli yang terjadi pada siswa kelas V SD Negeri Danau Ina kondisinya kurang sesuai karakteristik anak sekolah, karena kurangnya pemahaman siswa tentang Passing atas dalam permainan bola voli, dan juga kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran, Selain itu juga minat siswa untuk mengikuti pembelajaran bola voli masih sangat kurang, pembelajaran yang masih kurang menarik.

Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar. Di antara teknik-teknik dasar bola voli, passing bawah (underhand pass) adalah teknik penerimaan bola ketika bola datang rendah atau dari servis lawan, yang sangat berperan dalam kontrol bola dan kelancaran alur permainan. Teknik ini terdiri dari beberapa aspek yaitu posisi tubuh, koordinasi tangan dan lengan bawah, timing pengambilan bola, dan arah yang tepat.

Keberhasilan dalam kegiatan belajar mengajar merupakan tujuan yang paling diharapkan oleh semua guru. Untuk itu guru harus mampu menciptakan situasi belajar yang efektif. Karena suatu proses belajar mengajar yang efektif berlangsung apabila memberikan keberhasilan serta memberikan rasa puas bagi siswa maupun guru. Seorang guru merasa puas jika siswanya dapat mengikuti proses pembelajaran dengan sungguh sungguh, bersemangat dan penuh kesadaran tinggi. Hal itu dapat tercapai apabila guru memiliki sikap dan kemampuan secara profesional serta mempunyai kemampuan mengelola proses belajar mengajar yang menyenangkan dan efektif

Kelemahan tersebut bisa disebabkan oleh kurangnya penguasaan gerak dasar motorik kasar, rendahnya koordinasi mata dan tangan, serta kurang menariknya metode pembelajaran yang digunakan guru. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, mudah dipahami, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak usia sekolah dasar.

Salah satu pendekatan yang dianggap efektif untuk meningkatkan kemampuan teknik passing bawah adalah pendekatan lempar tangkap bola. Pendekatan ini memanfaatkan aktivitas dasar melempar dan menangkap bola sebagai latihan awal untuk membentuk koordinasi gerak, ketepatan arah, dan pengendalian tubuh sebelum masuk ke teknik passing bawah yang lebih kompleks.

Menurut Suharno (2007), permainan sederhana seperti lempar tangkap bola dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan motorik anak secara bertahap. Latihan ini juga dapat membantu siswa memahami prinsip arah bola dan kerja sama dalam permainan. Dengan pendekatan ini, siswa dapat dilatih secara bertahap, mulai dari gerakan dasar hingga mampu melakukan passing bawah dengan teknik yang

benar. Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar. Di antara teknik-teknik dasar bola voli, passing bawah (underhand pass) adalah teknik penerimaan bola ketika bola datang rendah atau dari servis lawan, yang sangat berperan dalam kontrol bola dan kelancaran alur permainan. Teknik ini terdiri dari beberapa aspek yaitu posisi tubuh, koordinasi tangan dan lengan bawah, timing pengambilan bola, dan arah yang tepat.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Upaya Peningkatan *Passing* Atas Bola Voli melalui Pendekatan Lempar Tangkap Bola pada Siswa Kelas V SD Negeri Danau Ina”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah diatas, maka masalah yang akan diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahui model pembelajaran dalam permainan bola Voli bagi siswa kelas V SD Negeri Danau Ina
2. Belum diketahui peningkatan hasil belajar teknik dasar passing atas dalam permainan bola voli melalui pendekatan lempar tangkap bola

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka, batasan penelitian yang membatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu upaya peningkatan passing bola voli melalui pendekatan lempar tangkap bola pada siswa kelas V SD Negeri Danau Ina

D. Rumusan Masalah

Untuk lebih memudahkan pembahasan adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana upaya peningkatan passing bola voli melalui pendekatan lempar tangkap bola pada siswa kelas V SD Negeri Danau Ina?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya peningkatan passing bola voli melalui pendekatan lempar tangkap bola pada siswa kelas V SD Negeri Danau Ina

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dari permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi pembelajaran PJOK khususnya dalam teknik dasar permainan bola voli.
- b. Menambah literatur dan referensi tentang pendekatan pembelajaran berbasis permainan (lempar tangkap bola) dalam pendidikan jasmani.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti

Menjadi alternatif metode pembelajaran yang menarik, efektif, dan efisien dalam menyampaikan materi passing atas.

- b. Bagi Siswa

Meningkatkan kemampuan teknik passing atas melalui kegiatan yang menyenangkan dan mudah dipahami.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat membantu sekolah meningkatkan kualitas pendidikan secara keseluruhan dengan mengembangkan kemampuan motorik, kesehatan, dan kemampuan sosial anak-anak.