

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Bermain Bola Pantul

Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan. Bermain dapat menimbulkan rasa senang jika dilakukan dengan sungguh-sungguh. Menurut Sukintaka (1990: 3) “bermain itu merupakan suatu kegiatan yang harus dilakukan dengan sungguh-sungguh, tapi bermain itu bukan merupakan suatu kesungguhan. Rasa senang itu disebabkan karena bermain itu sendiri, bukan karena suatu yang terdapat diluar bermain”. Rasa senang yang timbul ketika bermain akan memacu kita untuk melakukan kegiatan secara terus menerus dan berulang-ulang. Jika seseorang sudah merasa senang ketika melakukan latihan, orang tersebut akan lebih termotivasi dan semakin giat dalam berlatih.

Dengan begitu tujuan apapun yang ingin dicapaiakan mudah didapatkan. Seperti halnya dalam sebuah permainan bola voli, jika kita melakukannya dengan rasa senang tentunya akan memberikan hasil yang baik. Rasa senang dalam bermain bisa didapatkan dengan bentuk latihan yang menarik, salah satunya dengan latihan bermain bola pantul.

Salah satu bentuk latihan bola voli adalah permainan tenis/bermain bola pantul. Bola yang datang melewati atas net yang dibentangkan mula-mula

harus terpantul dulu ke lantai setelah itu dilakukan *passing* bawah melewati bentangan net ke arah teman di lapangan begitu seterusnya. Bahwa permainan ini dimaksudkan untuk melatih rentang tungkai dan tubuh pada saat melakukan *passing*, serta mengajarkan pengoperan bola yang melambung tinggi.¹ Bentuk latihan yang digunakan dalam penelitian ini adalah latihan dengan bermain bola pantul, karena dengan menggunakan bentuk latihan bermain siswa akan termotivasi dan lebih giat untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Permainan bola pantul siswa bisa lebih gampang untuk meningkatkan *passing* bawah karena siswa tidak hanya merasa belajar melainkan sambil bermain agar siswa tidak merasa jenuh. Siswapun tidak akan merasa lama bahkan cape kalau sambil diselingi dengan permainan bahkan siswa merasa asik dengan permainan tersebut, karena siswa lebih suka belajar sambil bermain. Berdasarkan karakteristik permainan tenis/bermain bola pantul diatas, maka dapat diidentifikasi kelebihanannya. Berikut kelebihan dalam bermain bola pantul :

- a. Lebih mudah dilakukan oleh anak yang belum terampil karena bola ditunggu sampai memantul dahulu sebelum di *passing*.
- b. Pada saat bola memantul anak memiliki banyak waktu untuk mempersiapkan gerakan *passing* dengan baik.
- c. Bola akan lebih mudah dikendalikan karena kecepatan bola semakin pelan ketika memantulkan ke lantai.

¹ Gernard Durrwachter, *Bola Volley* (Jakarta, PT.Gramedi, 1986), 32

Bermain bola pantul merupakan bentuk latihan yang mudah dilakukan karena siswa akan memiliki banyak waktu untuk melakukan gerakan mengambil bola yang memantul ke lantai. Bola memantul akan memberikan waktu kepada siswa untuk mempersiapkan gerakan kaki dan tangan. Kemudian, dengan bermain bola pantul ini siswa akan dapat merasa lebih senang, siswapun merasa lebih gampang memahami/mempraktikannya karena merasa belajar sambil bermain jauh lebih asik dan mudah berhasil dalam menguasai teknik dalam permainan bola voli. Dimana keberhasilan itu dapat mendorong siswa untuk mencapai keberhasilan berikutnya.

1) Faktor-Faktor Pendukung Permainan Bola Pantul

Salah satu faktor pendukung gerak adalah kemampuan motorik. Kemampuan motorik merupakan faktor fisik yang dapat dikembangkan melalui belajar gerak. Di dalam belajar gerak diperlukan adanya ketelitian terhadap teknik gerakan, sehingga kemampuan tersebut akan memberikan sumbangan terhadap keberhasilan tugas-tugas selanjutnya. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang tinggi dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki potensi atau kemampuan untuk melakukan keterampilan gerak yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

Kemampuan gerak merupakan kemampuan yang biasa orang lakukan untuk meningkatkan kualitas hidup. Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra mengatakan bahwa Kemampuan gerak dibagi menjadi 3 katagori yaitu Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif:²

a) Kemampuan Lokomotor

Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, *skipping*, melompat, meluncur, dan lari seperti kuda berlari (*gallop*). Dalam bola voli kemampuan lokomotor contohnya adalah lompatan *smash*, berlari mengejar bola untuk *passing*.

Kemampuan lokomotor membuat siswa tidak hanya diam ditempat dan membuat siswa peka akan dimana jatuhnya bola tersebut. Siswa makin banyak gerak makin aktif juga dalam bermain bola voli tersebut, karena siswa merasa adanya gerak ini dia merasa mempunyai tanggung jawab atas bola yang harus ditangkapnya.

b) Kemampuan Nonlokomotor

Kemampuan nonlokomotor dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan nonlokomotor

² Amung Ma'mun, Yudha M Saputra, *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak* (Jakarta: Depdiknas, 2000), 20

menekuk dan merenggang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurun, melipat dan memutar, melingkar, melambung dan lain-lain. Dalam bola voli kemampuan nonlokomotor contohnya adalah menekuk dalam posisi siap untuk *passing* bawah dengan kedua kaki ditekuk, melambungkan bola dalam mengumpan.

Kemampuan nonlokomotor yang terdapat di bola voli saat sedang bermain di dalam lapangan dan bola itu datang siswa harus bisa menerimanya dengan *passing* bawah lalu dioper kembali kepada temanya agar bisa diberi lagi kepada lawan, karena kemampuan nonlokomotor yang di dalam lapangan itu siswa hanya bisa mengayunkan tangan saat melakukan *passing* bawah.

c) Kemampuan Manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulasi obyek jauh lebih unggul dari pada koordinasi mata-kaki dan tangan-mata, yang mana cukup penting item berjalan (gerakan langkah) dalam ruang.

Bentuk-bentuk latihan manipulatif terdiri dari :

- (1) Gerakan mendorong (melempar, memukul dan menendang)
- (2) Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (bola *medicine*) atau bola yang lain.
- (3) Gerakan memantul-mantulkan bola atau mngiring bola.

Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik ada lima komponen yaitu : kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan dan koordinasi. Dengan mempunyai kemampuan gerak yang baik, seseorang mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak yang khusus. Unsur-unsur kemampuan gerak motorik akan semakin terlatih apabila siswa semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktivitas gerak yang bermacam-macam.³

2) Prinsip-Prinsip Latihan

Prinsip-prinsip latihan memiliki peranan yang penting terhadap aspek psikologis dan fisiologis olahragawan. Pada dasarnya setiap pemain mempunyai multi demendional, potensial atau bakat yang berbeda-beda, labil, dan mampu beradaptasi. Berdasarkan sifat yang dimiliki itulah ada beberapa prinsip yang harus diperhatikan dalam proses berlatih melatih. Salah satunya adalah permainan

³ Toho Cholik Mutohir, Gusril, *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-Anak* (Jakarta: Depdiknas, 2004), 50

bola voli, ataupun latihan teknik dasar yang ada dalam bola voli. Dalam latihan bola voli diperlukan latihan yang teratur dan terprogram agar tujuan latihan dapat tercapai.

Menurut Djoko Pekik Irianto Prinsip latihan dibagi menjadi tiga yaitu: Prinsip beban lebih (*Overload*), Prinsip kembali asal (*Reversuble*) dan Prinsip kekhususan (*Specifity*).⁴

a) Prinsip beban lebih (*Overload*)

Prinsip latihan yang menekankan pada pembebanan yang lebih berat dari pada yang mampu dilakukan oleh atlet atau di atas batas ambang-ambang rangsangan atlet. Prinsip ini tidak dianjurkan untuk pemula atau yang masih belajar karena beban yang dilakukan sangat berat untuk dilakukan pemula/pelajar.

b) Prinsip kembali asal (*Reversible*)

Adaptasi latihan yang telah dicapai akan berkurang hilang, jika latihan tidak dilakukan secara teratur dengan takaran yang tepat. Prinsip ini tidak hanya untuk mereka yang bermain-main dalam latihan karena jika latihan tidak dilanjutkan semua yang sudah didapat akan balik seperti semula.

c) Prinsip kekhususan (*Specifity*)

Memberikan tuntunan bahwa beban latihan yang diberikan kepada atlet harus sesuai dengan kebutuhan terhadap

⁴ Djoko Pekik Irianto, *Pelatihan Kondisi Fisik Dasar* (Jakarta: Kementrian, 2009), 43-

kemampuan dan keterampilan fisik (*biomotor abilities*), cabang olahraga, dan kondisi objek dari atlet tersebut, seperti umur, kronologis, umur perkembangan, serta kemampuan fisik dan mentalnya saat itu.

Model latihan yang dipilih harus disesuaikan dengan tujuan latihan yang hendak dicapai. Aturan-aturan yang digunakan dalam latihan dapat berjalan dengan baik. Termasuk dalam permainan bola pantul ini juga memerlukan program latihan yang terstruktur agar tujuan latihan dapat dicapai. Siswapun bisa meningkatkan *passing* bawah dan paham gerak dari dasar awal melakukan *passing* bawah tersebut.

2. Hakikat Permainan Bola Voli

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks karena membutuhkan teknik-teknik yang ada dalam bola voli diantaranya *servis*, *passing*, *smash*, dan sebagainya.⁵ Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar dan termasuk jenis pertandingan beregu karena dimainkan oleh dua regu. Permainan bola voli ini tidak hanya dimainkan dikalangan tertentu, tetapi sudah menyebar luas sampai kepenjuru

⁵ Nuril Ahmadi, *Panduan Olahraga Bola Voli* (Surakarta: Era Pustaka Utama, 2007),

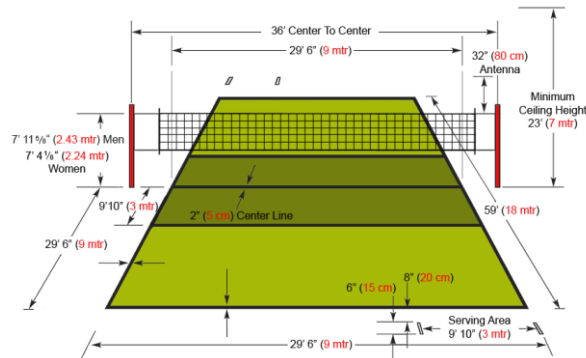
tanah air, mulai dari usia remaja sampai usia dewasa, dari sekolah sampai perguruan tinggi.

Permainan bola voli ada dasarnya adalah permainan tim atau regu, sebagai aturan dasar, bola boleh dipantulkan dengan seluruh anggota badan. Aturan dasar lainnya bola boleh dimainkan/dipantulkan dengan temannya secara bergantian tiga kali berturut-turut sebelum di seberangkan di arah lawan. Pada awalnya ide dasar permainan bola voli adalah memasukan bola ke arah lawan melewati suatu rintangan berupa tali/net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola di daerah lawan.⁶

Permainan bola voli dimainkan oleh dua tim yang beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net.⁷ Permainan dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi empat dengan ukuran 9 mx18 m dan dengan bentangan net di tengah-tengah lapangan. Berikut gambar lapangan voli:

⁶ arispriyanto-smaljogja.blogspot.com/2014/09/jurnal-ptk-bolavoli-dimuat-di-jurnal.html?m=1

⁷ Barbara L Viera, *Bola Voli Tingkat Pemula* (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2004), 2



Gambar 2.1

Lapangan Voli⁸

b. Tujuan Permainan Bola Voli

Tujuan permainan bola adalah memperagakan teknik dan taktik meminkan bola di lapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan. Permainan bola voli merupakan permainan beregu dengan tujuan melewati bola secara teratur melalui atas net dan mencegah bola menyentuh lantai atau lapangan permainan⁹

Ada beberapa tujuan permainan bola voli sebagai berikut :

- 1) Tujuan permainan bola voli yaitu melewati bola diatas net supaya bisa jatuh menyentuh lantai daerah lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari tim lawan. Permainan bola voli bisa membuat kita kompak dalam melakukan suatu pertandingan dengan kelompok kita sendiri.

⁸ <http://www.google.com/search?q=lapangan+bola+voli&safe=strict&client=ms-operamobile&channel=new&espv=1&prmd>

⁹ Muhajir, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* (Jakarta: Erlangga, 2004), 34

- 2) Menjaga kesehatan tubuh, dalam permainan bola voli bisa membuat tubuh kita bergerak tidak hanya diam dan membuat tubuh menjadi sehat karena seringnya kita berolahraga. Tubuhpun tidak sering merasa sakit karena adanya banyak gerak pada olahraga bola voli.
- 3) Mencari prestasi, dengan menguasai teknik dan skill dalam permainan bola voli dapat menjadikan kita sebagai atlet dan dapat menjadi sumber penghasilan kalau kita berhasil mendapatkan prestasi dari setiap event atau lomba. Bola voli bisa menjadikan hobby yang terbayar jika kita fokus dalam bermain voli dan rajin untuk latihan agar makin bagus dalam bermain bola voli.
- 4) Mampukan teknik dan taktik bermain bola voli dilapangan untuk mencapai kemenangan dalam setiap pertandingan. Membuat keluarga dalam satu regu agar supaya kompak dan tidak ada keegoisan dalam bermain bola voli.
- 5) Membentuk solidaritas atau mencari teman, dengan banyak pengalaman dalam bermain, akan memperbanyak teman club atau teman bermain bola voli yang baik.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan tujuan permainan bola voli adalah untuk rekreatif dan mengisi waktu luang dan berkembang untuk mencapai tujuan prestasi tinggi meningkatkan

pristise diri, mengharumkan nama bangsa dan untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani. Dalam tujuan permainan bola voli juga dapat menambahkan pengalaman dan memperbanyak teman dari kalangan olahraga lainnya yang bertemu dalam salah satu olimpiade olahraga.

c. Faktor Pendukung Permainan Bola Voli

Sebagai faktor pendukung untuk mempercepat tercapainya tujuan permainan bola voli antara lain, faktor endogan dan pemain yang terdiri dari: 1) kesehatan fisik dan mental, dua hal yang harus dijaga keseimbangannya. Dua hal ini meski terlihat berbeda namun nyatanya saling mempengaruhi, 2) bentuk tubuh sesuai cabang olahraga yang diikuti, untuk cabang bola voli diharapkan yang tinggi dan atlentis, karena bermain voli banyak gerakan yang meloncat dan permainan yang banyak melakukan tangan untuk menangkap bola, 3) punya bakat untuk bermain bola voli yang meliputi kemampuan fisik, teknik, dan taktik, apabila mempunyai bakat maka siswa akan semakin bersemangat untuk berlatih tinggal mengajarkan teknik dan taktik dasar supaya bisa bermain bola voli sesuai ketentuan teknik dasarnya, 4) dimiliki sikap yang baik seperti sosial, disiplin, tekun, kreatif bertanggung jawab dan berkemauan keras. Bermain bola voli adalah permainan yang

dilakukan dalam berkelompok, jadi peserta didik harus bisa melakukan permainan dengan bekerja kelompok.¹⁰

Dari pendapat diatas bahwa bola voli bisa membentk tubuh kita yang awalnya tidak bagus karena kebanyakan makan tidak sehat dan tidak pernah olahraga menjadi bagus dan gamar olahraga. Dalam bermain bola voli bisa membentuk sifat bersosialisasi, disipli, dan tanggung jawab, karena dalam tim kita tidak boleh yang namanya egois untuk memenangkan suatu ajang pertandingan supaya selalu kompak saat melakukan pertandingan atau apapun itu.

3. Hakikat *Passing* Bawah

a. Pengertian *Passing* bawah

Passing bawah adalah mengambil bola yang datang agak rendah dan dilakukan dengan menggunakan kedua tangan, dan memantulkan ke lengan bagian bawah dipantulkan diberikan kepada teman atau pengumpan.¹¹

Passing merupakan teknik dasar operan yang harus dipelajari dalam permainan bola voli.¹² Operan lengan bawah atau *passing* bawah merupakan teknik dasar bola voli yang harus dipelajari

¹⁰ M.Yunus, *Olahraga Pilihan Bola Voli* (Jakarta: Depdikbud, 1991), 61

¹¹ Muhammad Muhyi Faruq, *Meningkatkan Kebugaran Jasmani melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*, 50

¹² Sugiarto, *Langkah Menjadi Pemain Voli Hebat* (Jakarta: PT.Intan Sejati Klaten, 2009),

karena operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan untuk menerima servis menerima spike, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola memantul dari net. Setelah ayunan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk passing bawah ke depan untuk mengambil posisi siap dan ayunan lengan untuk passing bawah ke depan tidak melebihi sudut 90 derajat dari bahu atau badan.

Dalam proses belajar passing bawah, hasil belajar yang diharapkan yaitu siswa dapat melakukan passing bawah dengan baik dan benar. Untuk itu diharapkan agar guru dapat merancang atau mendesain pengajaran secara tepat dan terarah. Setiap proses pembelajaran passing bawah keberhasilannya diukur dari seberapa jauh penguasaan passing bawah yang dicapai oleh siswa, disamping diukur dari segi prosesnya yaitu seberapa jauh hasil belajar passing bawah yang dipahami oleh siswa pada saat pembelajaran berlangsung. Hasil belajar passing bawah harus nampak dalam tes akhir pembelajaran, sebab tujuan itulah yang akan dicapai oleh proses belajar mengajar dalam menguasai passing bawah menggunakan tes umpan dan passing. Deskripsi data pada penelitian ini merupakan pencatatan hasil pretest atau test awal sebelum diberi perlakuan dan post-test atau tes akhir pada penerapan strategi

pengajaran berdasarkan pengalaman siswa untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah.

b. Teknik *Passing* Bawah

Teknik *passing* bawah adalah teknik permainan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri atau serangan awal untuk melakukan serangan. Teknik *passing* bawah merupakan satu-satunya cara untuk menerima *servis* yang sulit atau serangan lawan, karena setiap *passing* bawah setiap tim atau regu masih memiliki kesempatan untuk mengarahkan bola sesuai kehendaknya.¹³

Teknik *passing* bawah banyak dipergunakan dalam permainan bola voli, karena teknik *passing* bawah ini paling mudah untuk dipelajari dan merupakan dasar bagi pemain untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Menurut PP.PBVSI (1995: 67) analisis gerak teknik *passing* bawah meliputi:

1. Sikap Persiapan

- Kedua tangan dijadikan satu.
- Posisi kaki belakang selebar bahu.
- Lutut ditekuk.
- Kedua lengan sejajar paha.

¹³ Maryanto, dkk, *Permainan Bola Besar II Bola Voli* (Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Mengah, 1995), 201

- Pinggang lurus.
- Pandangan ke arah bola.

2. Sikap saat Perkenaan

- Kedua ibu jari sejajar.
- Salah satu tangan menggenggam tangan yang lain.
- Menerima bola tepat didepan badan.
- Lutut diluruskan.
- Kedua lengan diayunkan.
- Siku tidak ditekuk.
- Melihat bola saat perkenaan.

3. Sikap Akhir

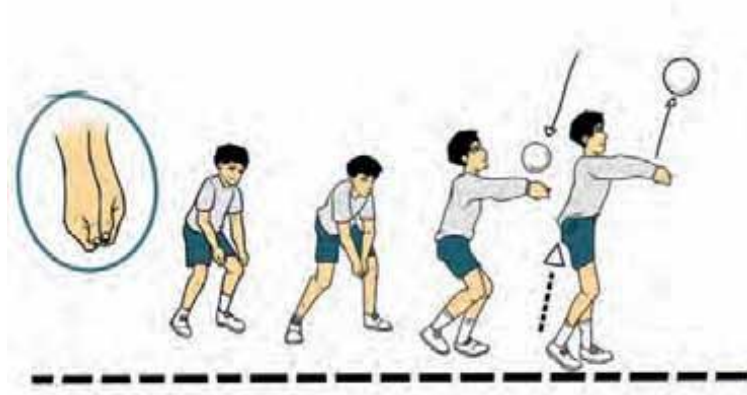
- Kedua tangan tetap menjadi satu.
- Tangan mengikuti lintasan bola menuju sasaran.
- Berat badan pindah ke kaki depan.
- Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran.

Passing bawah merupakan teknik dasar bola voli. Teknik ini digunakan untuk menerima *spike* dan *servis*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memainkan bola yang memantul dari net.

Langkah-langkah dalam melakukan *passing* bawah sebagai berikut:

- 1) Berdiri seimbang dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk, serta badan agak condong ke depan.
- 2) Kedua tangan dirapatkan dan lurus ke depan bawah.

- 3) Ayunkan kedua tangan secara bersama-sama lurus ke atas dengan bersamaan dengan meluruskan kedua lutut.
- 4) Perkenaan pada kedua tangan.
- 5) Sikap akhir adanya gerak lanjut dari lengan yang diikuti anggota tubuh lainnya.¹⁴



Gambar 2.2

Langkah-langkah *passing* bawah¹⁵

Kesalahan-kesalahan yang umum terjadi dalam melakukan *passing* bawah adalah sebagai berikut:

- a) Lengan ditekuk pada siku saat menerima bola sehingga papan pemukul sempit dan akibatnya bola berputar.
- b) Bola jatuh pada kepalan pergelangan tangan.
- c) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.

¹⁴ www.freedomiana.com/2017/05/cara-melakukan-passing-atas-dan-passing-bawah.html?m=1#

¹⁵ <http://www.google.com/search?q=lapangan+bola+voli&safe=strict&client=ms-operamobile&channel=new&espv=1&prmd>

- d) Koordinasi antara gerakan lengan, badan dan tangan tidak harmonis.
- e) Lutut kurang menekuk pada langkah persiapan pelaksanaan.
- f) Lengan pemukul diayunkan lebih dari bahu.
- g) Gerakan ayunan terlalu eksplosif.

c. Fungsi *Passing* Bawah

Menerima bola dari lawan apabila bola memungkinkan diterima menggunakan *passing* bawah. Menahan *smash* dari lawan apabila lolos dari *blocker*. Dengan adanya *passing* bawah kita bisa memukul bola dengan keras untuk memberikan kembali kepada lawan, dan juga bisa mengoper kepada teman satu regu untuk memainkan didalam tempat sendiri lalu mengatur strategi untuk memukul bola supaya mati di tempat lawan.

d. Kelebihan *Passing* bawah

Kemungkinan cedera kecil dari pada menggunakan *passing* atas, lebih mudah mengontrol bola dan kemungkinan bola meleset lebih kecil. *Passing* bawah bisa membuat tim kompak dalam kerjasama untuk mengatur strategi kemana bola itu akan diberi kelawan dalam pertandingan.

e. Kelemahan *Passing* bawah

Pada pergelangan tangan dan tidak bisa mengatur tenaga. Jika tangan kita kaku dan tidak bisa mengayunkannya maka bola akan

lolos dari kita, dan apabila kita tidak bisa mengatur tenaga atau bergerak ke atah dimana bola tersebut akan jatuh maka bola akan mati/jatuh didalam ke tempat kita dan lawan bisa menang.

B. Penelitian Terdahulu

1. Hasil Penelitian Gita Laraningtyas 2015

Pengaruh bermain bola pantul terhadap kemampuan *passing* bawah bola voli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP 2 Banguntapan. Permasalahan yang dihadapi adalah bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP 2 Banguntapan dalam penguasaan gerak dasar *passing* bawah masih kurang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bermain bola pantul terhadap kemampuan *passing* bawah bola voli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP 2 Bnguntapan. Jenis penelitian adalah eksperimen dengan jenis “*One Group Pretest-Posttest Desain*”. Populasi penelitin adalah siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP 2 Banguntapanyang berjumlah 17 peserta didik, semua dijadikan untuk mengukur *passing* bawah adalah *brumbach forearms pass wall-volley test*. Analisis data menggunakan uji t taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan bola pantul terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP 2 Banguntapan dengan

nilai $t_{hitung} 5,416 > t_{tabel} 2,12$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 8,46%.¹⁶

Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu dari jenis penelitian, penelitian terdahulu hanya ingin mencoba menggunakan metode lain dalam melakukan *passing* bawah dan penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah. Adapun perbedaan lainnya yaitu dari subjek penelitian dan tempat penelitian, subjek penelitian terdahulu adalah sekolah siswa SMP 2 Banguntapan Yogyakarta, sedangkan subjek penelitian ini siswa ekstrakurikuler SD Negeri Gudang Tigaraksa.

2. Hasil Penelitian Junita Mardiana 2015

Pengaruh permainan bola pantul terhadap kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli mini di SD Negeri 2 Parangtritis Kecamatan Kretek Kabupaten Bantul. Permasalahan yang dihadapi adalah bahwa peserta ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri 2 Parangtritis belum mampu melakukan teknik dasar *passing* bawah dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan bola pantul terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli SD Negeri 2 Parangtritis. Jenis penelitian adalah eksperimen dengan desain “*One Group Pretest-*

¹⁶ Gita Laraningtyas, *Pengaruh bermain Bola Pantul terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP 2 Banguntapan*, Skripsi Tahun 2015

Postest Design". Populasi penelitian adalah peserta didik peserta ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri 2 Parangtritis Kecamatan Kretek Kabupaten Bantul yang berjumlah 24 peserta didik. Instrumen yang digunakan untuk mengukur *passing* bawah adalah *Braddy Volley Ball Test* yang dimodifikasi untuk siswa sekolah dasar. Analisis data menggunakan uji t taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan bola pantul terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler SD Negeri 2 Parangtritis Kecamatan Kretek Kabupaten Bantul, dengan nilai $t_{hitung} 69,063 > t_{tabel} 2,07$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 16,82%.¹⁷

Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu dari jenis penelitian, penelitian terdahulu hanya ingin mencoba menggunakan metode lain dalam melakukan *passing* bawah dan penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah. Adapun perbedaan lainnya yaitu dari subjek penelitian dan tempat penelitian, subjek penelitian terdahulu adalah sekolah siswa ekstrakurikuler SD Negeri 2 Parangtritis Bantul, sedangkan subjek penelitian ini siswa ekstrakurikuler SD Negeri Gudang Tigaraksa.

¹⁷ Junita Mardiyana, *Pengaruh Permainan Bola Pantul Terhadap Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Mini di SD Negeri 2 Parangtritis Kecamatan Kretek Kabupaten Bantul*, Skripsi 2015

3. Hasil Penelitian Peri Puryanto 2018

Pengaruh teknik latihan bola pantul terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Guna Bangsa Kecamatan Cisoka. Masalah dalam penelitian ini adalah seberapa besar pengaruh teknik latihan bola pantul terhadap kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Guna Bangsa Kecamatan Cisoka. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen “*one group pretest-posttest desain*” dimana dalam penelitian ini tidak ada kelompok pembandingan. Populasi penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Guna Bangsa Kecamatan Cisoka yang berjumlah 20 anak. Instrumen yang digunakan adalah test untuk *passing* bawah (*dig test*). Teknik analisis data menggunakan variabel untuk normalitas, uji homogenitas, dan uji-t untuk pengujian hipotesis, dan sampel berkorelasi pada taraf signifikansi 5%. Hasil pengujian menunjukkan bahwa hasil uji hipotesis menunjukkan hasil t_{hitung} sebesar $0,535 > 0,433$ (t_{tabel}), hasil ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak berarti ada perbedaan antara *pretest* dan *posttest passing* bawah dalam permainan bola voli setelah diberikan *treatment* teknik latihan bola pantul pada peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Guna Bangsa Kecamatan Cisoka. Nilai p ($0,599$) $> 0,05$, menunjukkan bahwa adanya peningkatan *passing* bawah siswa tidak signifikan yaitu dengan peningkatan persentas *passing*

bawah siswa sebesar 7,84% dari selisih rerata dibagi *pretest* rerata dikalikan 100%.¹⁸

Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu dari jenis metode, penelitian terdahulu menggunakan teknik bola pantul dan penelitian ini menggunakan permainan bola pantul. Adapun perbedaan lainnya yaitu dari subjek penelitian dan tempat penelitian, subjek penelitian terdahulu adalah sekolah siswa ekstrakurikuler SMP Guna Bangsa Cisoka sedangkan subjek penelitian ini siswa ekstrakurikuler SD Negeri Gudang Tigaraksa.

C. Kerangka Berpikir

Permainan bola voli tidak akan lepas dari dasar gerak bola volo itu sendiri. Sekolah merupakan awal dari pengalaman siswa terhadap dasar gerak suatu permainan olahraga. Dimana olahraga bola voli mulai diperkenalkan pada siswa Sekolah. Permasalahan yang dihadapi sebagian besar anak sekolah takut akan permainan bola voli karena bola yang dirasa berat, takut jatuh dan sulit memainkan bola dengan peraturan yang ada. Dengan perasaan takut dari siswa itu sendiri akan mengganggu jalannya pembelajaran bola voli itu sendiri. Dengan penelitian ini, metode permainan

¹⁸ Peri Purwanto, *Pengaruh Teknik Latihan Bola Pantul Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Guna Bangsa Kecamatan Cisoka*, Skripsi 2018

bola pantul dapat menjadikan solusi untuk pembelajaran dasar gerak *passing* bawah.

Penelitian ini bermula dari *pretest* kemampuan *passing* bawah dengan menggunakan tes kecakapan dalam bermain bola voli (*mini volleyball perform test*) tes *passing* bawah (*dig test*). Arah berdiri menghadap tembok 3 meter. Pada dinding tembok ada garis, jarak tinggi dari lantai ke garis 2,20 meter. Anak melakukan *passing* bawah dengan arah bola ke atas garis. Setiap anak melakukan pukulan *passing* bawah selama 1 menit, dihitung berapa skor bola yang melewati garis.

Selanjutnya siswa diberikan *treatment* atau perlakuan permainan bola pantul selama kurang lebih 9 kali pertemuan. Setelah diberikan *treatment* kemudian diadakan lagi *posttest* untuk mengetahui ada atau tidak pengaruh permainan bola pantul terhadap kemampuan dasar *passing bawah* bola voli.

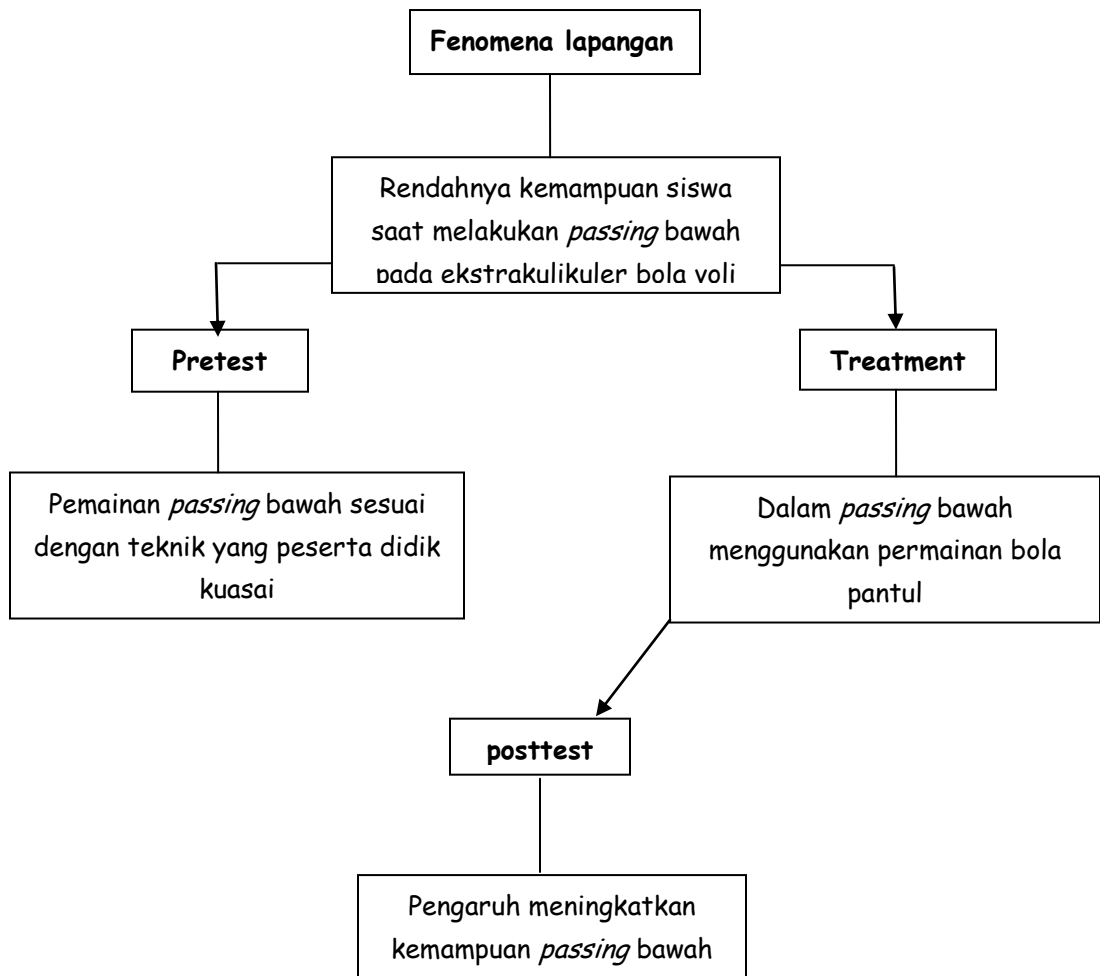
Berdasarkan kajian teoritik diatas bahwa untuk dapat bermain bola voli yang baik, seorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan dalam bermain bola voli, khususnya keterampilan dasar. Hal ini dikarenakan gerak dasar merupakan faktor yang sangat penting untuk meningkatkan keterampilan gerak. Selain itu penguasaan teknik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu tim dalam pertandingan disamping unsur fisik, mental dan taktik.

Dengan diberikannya metode permainan bola pantul dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli diharapkan dapat membantu atau berpengaruh

terhadap siswa dalam meningkatkan keterampilan pengembangan bakat dan peningkatan prestasi bola voli baik didalam sekolah maupun diluar sekolah.

Kerangka berpikir dari penelitian “Pengaruh Permainan Bola Pantul Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli pada siswa SD Negeri Gudang Tahun Ajaran 2018/2019” dapat dijelaskan dalam pola berpikir sebagai berikut. Pengaruh penggunaan permainan bola pantul terhadap kemampuan *passing* bawah bola voli agar mudah dalam memahami arah dan penelitian ini, penulis menjelaskan kerangka berpikir penelitian ini melalui bagan sebagai berikut.

Bagan Kerangka Berpikir



Gambar 2.3

Bagan Kerangka Berpikir

D. Hipotesis

Hipotesis berasal dari bahasa Yunani dari kata *hupo* dan *thesis*. *Hupo* berarti lemah, kurang, atau bawah dan *thesis* berarti teori. Dengan demikian hipotesis merupakan suatu pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya dan perlu dibuktikan kebenarannya.¹⁹ Hipotesis adalah dugaan sementara yang perlu diuji lebih dulu kebenarannya.

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir diatas hipotesis tersebut adalah : penggunaan permainan bola pantul berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SD Negeri Gudang Kecamatan Tigaraksa.

¹⁹ Supardi, Darwyan Syah, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: Diadit Media, 2009),