

## **BAB II**

### **SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DAN MODEL PAIKEM**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Pembelajaran**

###### **a. Pengertian Pembelajaran**

Pembelajaran merupakan suatu proses yang dilakukan dengan memberikan pendidikan dan pelatihan kepada peserta didik untuk mencapai hasil belajar. Dalam pembelajaran guru harus memahami hakikat materi pelajaran yang diajarkannya sebagai suatu pelajaran yang dapat mengembangkan kemampuan berfikir siswa dan dapat memahami berbagai model pembelajaran yang dapat merangsang kemampuan siswa untuk belajar dengan perencanaan pengajaran yang matang oleh guru. Syofrianisda (2019:17) “pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat membawa informasi dan pengetahuan dalam interaksi yang berlangsung antara pendidik dengan peserta didik”.

Pembelajaran merupakan suatu rangkaian peristiwa yang kompleks dan sistematis. Dalam peristiwa tersebut terjadi interaksi pendidik dan peserta didik dalam rangka perubahan sikap dan pola pikir yang menjadi kebiasaan bagi peserta didik yang bersangkutan. Pendidik berperan sebagai pengajar dan peserta didik sebagai pelajar. Belajar dan mengajar adalah dua kegiatan yang terjadi bersamaan, tetapi memiliki makna yang berbeda, sebagaimana yang diungkapkan Hamdani (2014:23) bahwa “peristiwa mengajar selalu disertai dengan peristiwa belajar. Namun, ada siswa yang belajar belum tentu ada guru yang mengajar, sebab belajar bisa dilakukan sendiri.

Undang-Undang sistem pendidikan Nasional (UUSPN) No.20 tahun 2003 mengatakan bahwa pembelajaran adalah proses

interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Dalam arti lain pembelajaran merupakan proses belajar yang diciptakan guru dengan tujuan untuk mengembangkan kreativitas berfikir peserta didik sehingga kemampuan berfikir juga meningkat. Tidak hanya itu, proses belajar diharapkan dapat meningkatkan kemampuan mengkonstruksi pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pelajaran.

Khairani (2013:81) “pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal”. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan oleh pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, dimana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relative lama.

#### b. Konsep Pembelajaran

Belajar menjadi suatu hal yang lumrah dalam kehidupan sehari-hari, bahkan belajar dapat terjadi dimana pun dan kapan pun, tetapi masih saja ada orang yang menyalah artikan belajar sebagai suatu kegiatan yang bersifat umum semisal anak yang disuruh ibunya untuk belajar. Tentunya pemahaman tersebut merupakan pemahaman yang kurang tepat. Belajar bukan sekedar aktivitas memerintahkan seorang anak untuk belajar untuk belajar. Seperti yang kita ketahui bersama bahwa belajar memiliki tujuan untuk membentuk pribadi menjadi lebih baik dari

sebelumnya. Tentu akan muncul banyak pertanyaan bila kita tidak memahami makna belajar secara mendalam. Pada dasarnya belajar memiliki makna yang sangat spesifik. Suyono & Hariyanto (2014: 9) belajar merujuk kepada suatu proses perubahan perilaku atau pribadi atau perubahan struktur kognitif seseorang berdasarkan praktik atau pengalaman tertentu hasil interaksi aktifnya dengan lingkungan dan sumber-sumber pembelajaran yang ada di sekitarnya.

Pembelajaran adalah suatu proses interaksi antara guru dan siswa yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai siswa. Konsep pembelajaran meliputi berbagai aspek seperti teori belajar, strategi pembelajaran, metode pengajaran, dan penilaian. Teori belajar merupakan dasar dari konsep pembelajaran yang membahas tentang cara manusia memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru. Beberapa teori belajar yang terkenal adalah behaviorisme, kognitivisme, konstruktivisme, dan humanistik. Strategi pembelajaran merupakan metode atau cara yang digunakan oleh guru untuk memfasilitasi proses belajar siswa. Beberapa strategi pembelajaran yang populer adalah pembelajaran kooperatif, pembelajaran berbasis masalah, pembelajaran berbasis proyek, dan pembelajaran berbasis teknologi.

Metode pengajaran merupakan cara yang digunakan oleh guru untuk menyampaikan materi pelajaran kepada siswa. Beberapa metode pengajaran yang umum digunakan adalah ceramah, diskusi, tanya jawab, demonstrasi, dan simulasi. Penilaian merupakan bagian penting dari konsep pembelajaran karena dapat membantu guru mengevaluasi kemajuan siswa dalam belajar. Beberapa bentuk penilaian yang umum dilakukan adalah tes tertulis, proyek, presentasi, dan observasi. Dalam konsep pembelajaran, penting bagi guru untuk memilih dan

mengintegrasikan berbagai teori belajar, strategi pembelajaran, metode pengajaran, dan penilaian yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal.

Pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan belajar, walaupun mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran sehingga mencapai suatu hal objektif yang ditentukan (aspek kognitif) juga dapat mempengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keteampilan (aspek psikomotor) seorang peserta didik. Peran guru bukan semata-mata memberikan informasi melainkan juga mengarahkan dan memberi fasilitas belajar (*directing and facilitating the learning*), agar proses belajar lebih memadai dan mudah diterima oleh siswa. Pembelajaran mengandung arti setiap kegiatan yang dirancang untuk membantu seseorang untuk mempelajari suatu kemampuan atau nilai baru. Proses pembelajaran merupakan seperangkat prinsip-prinsip yang dapat digunakan sebagai pedoman untuk menyusun berbagai kondisi yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan pendidikan.

c. Tujuan pembelajaran

Tujuan pembelajaran (*instructional objective*) adalah perilaku hasil belajar yang diharapkan terjadi, demikian, atau dikuasai oleh peserta didik serta mengikuti kegiatan pembelajaran tertentu. Hal ini didasarkan berbagai pendapat tentang makna tujuan pembelajaran atau tujuan instruksional. Moh Suardi (2019:12) “mendefinisikan tujuan pembelajaran sebagai tujuan perilaku yang hendak dicapai atau yang dapat dikerjakan oleh peserta didik sesuai kompetensi. Sedangkan syofrianisda (2019:29) “mendefinisikan tujuan pembelajaran adalah suatu pernyataan spesifik yang dinyatakan dalam bentuk perilaku yang diwujudkan

dalam bentuk tulisan yang menggambarkan hasil belajar yang diharapkan.

Tujuan pembelajaran yang didalamnya menggambarkan proses dan hasil belajar yang diharapkan dapat dicapai oleh peserta didik sesuai dengan kompetensi dasar. Tujuan pembelajaran hendaknya diletakan dan dijadikan titik tolak berfikir guru dalam menyusun sebuah Rencana Pembelajaran, yang akan mewarnai komponen-komponen perencanaan lainnya. Khairani (2013:81) “tujuan pembelajaran adalah pernyataan mengenai keterampilan atau konsep yang diharapkan dapat dikuasai oleh peserta didik pada akhir periode pembelajaran”. Tujuan pembelajaran merupakan arah yang hendak dituju dari rangkaian aktivitas yang dilakukan dalam proses pembelajaran dirumuskan dalam bentuk perilaku kompetensi spesifik, actual, dan terukur sesuai yang diharapkan terjadi, dimiliki atau dikuasai siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran tertentu. Seorang guru profesional harus merumuskan tujuan pembelajarannya dalam bentuk perilaku siswa yang dapat diukur yaitu menunjukkan apa yang dapat dilakukan oleh siswa tersebut sesudah mengikuti pembelajaran. Moh Suardi (2019:78) mengidentifikasi 4 (empat) manfaat dari tujuan pembelajaran yaitu: (1) memudahkan dalam mengkomunikasikan maksud kegiatan belajar mengajar kepada siswa, sehingga siswa dapat melakukan perbuatan belajarnya secara lebih mandiri; (2) memudahkan guru memilih dan menyusun bahan ajar; (3) membantu memudahkan guru menentukan kegiatan belajar dan media pembelajaran; (4) memudahkan guru mengadakan penilaian.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran atau *instructional objective* adalah perilaku hasil belajar yang diharapkan terjadi, dimiliki, atau dikuasai oleh peserta didik setelah mengikuti kegiatan pembelajaran tertentu.

## **2. Permainan Bola Voli**

Menurut Sugiono, (2013:42) Permainan bola voli merupakan cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh enam orang setiap tim. Setiap tim terdiri dari 6 orang jumlah pemain, Permainan ini akan berjalan dengan baik apabila setiap pemain minimal telah menguasai teknik dasar bermain bolavoli.

Menurut Ali Yusmar (dalam jurnal Pendidikan dan pengajaran, 2017:144) Permainan bola voli adalah suatu permainan yang menggunakan bola untuk dipantulkan (di-volley) di udara hilir mudik di atas net (jaring), dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan dalam rangka mencari kemenangan. Mem-volley atau memantulkan bola ke udara dapat mempergunakan seluruh anggota atau bagian tubuh dari ujung kaki sampai ke kepala dengan pantulan sempurna. Permainan bola voli membutuhkan kemampuan untuk mengapresiasi bola, mencangkup arahnya, ketinggianya, dan kecepatannya. bahwa kemampuan bermain bolavoli merupakan potensi seseorang untuk menunjukkan keahlian bermain bola voli yang merupakan hasil dari latihan atau praktik. Kemampuan bermain voli juga merupakan kesanggupan seseorang untuk melakukan permainan bola voli secara efektif dengan menguasai teknik-teknik dasar dalam bola voli dan mampu bermain dengan baik

### **a) Sejarah Permainan Bola Voli**

Ketika pada abad ke-19 kaum industriawan dan pengusaha diamerika serikat merasakan kebutuhan kegiatan untuk melepaskan ketegangan dari kesibukan pekerjaan mereka sehari-hari, maka dibutuhkan bentuk permainan rekreasi. Pada waktu itu permainan bola basket paling populer, akan tetapi dinilai kurang cocok sebagai bentuk rekreasi bagi kaum indudrtiawan dan pengusaha, mengingat umur mereka sudah hampir rata-rata setengah baya. Permainan bola basket lebih cocok untuka anak muda karena mengandung resiko kontak badan.

Permainan bola voli pada awal penemuannya pada tanggal 09 Februari 1895. Permainan bola voli pertama kali di temukan oleh seorang instruktur pendidikan jasmani di organisasi „Young Men’s Christian Association“ yang disingkat YMCA tepatnya di di Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat dengan nama Penemu William G. Morgan yang dilahirkan di Lockport, New York pada tahun 1870. YMCA merupakan sebuah organisasi yang didedikasikan untuk mengajarkan ajaran-ajaran pokok umat Kristen kepada pada pemuda, organisasi ini didirikan pada tanggal 07 Juni 1884 di London, Inggris oleh George William. Penemuan olahraga Mintonette ini berawal dari pertemuan William G. Morgan yang juga merupakan lulusan Springfield College of YMCA dengan James Naismith (seorang pencipta olahraga bola basket) empat tahun setelah diciptakannya olahraga basketball oleh James Naismith olahraga Mintonette diciptakan. Olahraga permainan Mintonette sebenarnya merupakan sebuah permainan yang diciptakan dengan mengkombinasikan beberapa jenis permainan, mengadopsi dari empat macam karakter olahraga permainan menjadi satu yaitu: bola basket, baseball, tenis, dan bola tangan (handball).

Pada awalnya permainan ini diciptakan khusus anggota YCMA yang sudah tidak berusia muda. Perubahan nama Mintonette menjadi volleyball atau dalam bahasa Indonesia biasa disebut bola voli ini terjadi pada tahun 1896, pada saat demonstrasi pertandingan pertama di International YMCA Training School, dalam demonstrasi yang dihadiri oleh seluruh instruktur pendidikan jasmani ini Dr. Luther Halsey Gulick yang merupakan Director of Profesional Physical Education sekaligus sebagai Executive Director of Departement of Physical Education of the International Committee of YMCA, mengundang dan meminta William G. Morgan untuk mendemonstrasikan permainan baru yang telah ia

ciptakan di stadion kampus yang baru. Pada pendemonstrasian pertamakalinya ini para pemain bola voli dilakukan dua tim yang masing-masing beranggotakan lima orang, yang dapat dimainkan dimana saja baik di dalam ruangan maupun diluar ruangan. Morgan juga menjelaskan, bahwa tidak ada batasan jumlah pemain yang menjadi standar dalam permainan tersebut. Demonstrasi pertama kali ini membawa perubahan nama Mintonette berubah menjadi Volleyball atas saran dari Profesor Alfred T. Halstead yang juga ikut menyaksikan dan memperhatikan demonstrasi serta penjelasan Morgan secara langsung. Pemilihan nama Volleyball tidak dilakukan dengan tanpa pertimbangan, berdasarkan gerakan-gerakan utama yang terdapat pada permainan tersebut, yaitu gerakan memukul bola sebelum jatuh (volley).

Pada tahun 1952 United States Volleyball Association (USVBA) yang merupakan persatuan olahraga bola voli yang terdapat di Amerika Serikat, memilih mengeja menjadi satu kata "Volleyball" nama Volleyball yang penulisan awalnya terpisah dua kata "Volley Ball" sehingga berubah menjadi USAV (USA Volleyball). Seiring perkembangannya olahraga bola voli berkembang begitu pesat, baik dalam aturan permainannya maupun dalam teknik permainannya. Pada tahun 1916, penggunaan teknik spike atau smash mulai diperkenalkan, dan empat tahun kemudian tepatnya pada tahun 1920 diciptakanlah peraturan 3 kali sentuhan dan skor akhir berubah dari yang awalnya 15 poin pada tahun 2001 rally point menjadi 25 poin. Pada tahun 1900 permainan bola voli mulai merambah ke negara lain selain Amerika, yaitu Kanada. Hingga pada akhirnya setelah meluas ke beberapa negara, pada 20 April 1947 dibentuklah secara resmi Federation Internationale de Volleyball (FIVB) bermarkas di Paris, yang di anggotai 14 negara yaitu: Belgia, Brasilia, Cekoslowakia, Mesir, Perancis, Belanda, Hongaria, Italia, Polandia, Portugal, Romania, Uruguay, Amerika

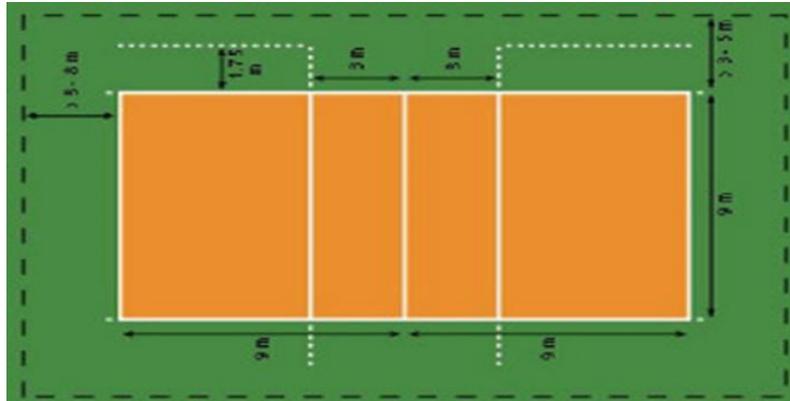
Serikat, dan Yugoslavia. dan untuk pertama kalinya kejuaraan bola voli dunia diselenggarakan 2 tahun setelahnya yaitu pada tahun 1948.

Permainan bola voli masuk ke Indonesia pada zaman penjajahan belanda, tahun 1928. Namun, pada waktu itu bola voli hanyadimainkan oleh orang-orang belanda dan bangsawan. Karena pada saat itu, untuk mengembangkan olahraga (termasuk olahraga bola voli) di Indonesia, guru-guru pendidikan jasmani didatangkandari belanda, selain para guru pendidikan jasmani, para tentara pun punya peran dalam pengenalan dan pengembangan permainan bola voli di Indonesia. Permainan bola voli berkembang dengan begitu pesatnya di Indonesia. Sehingga, tak waktu lama, mulai bermunculan klub-klub bola voli.

Dengan adanya fanomena inilah, akhirnya pada tanggal 22 januari 1955, didirikan PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia) di Jakarta. Bersamaan dengan itu, diadakan juga kejuaraan bola voli nasional yang pertama kalinya. Sejak didirikan PBVSI mulai aktif mengembangkan berbagai kegiatan bola voli diindonesia, baik didalam maupun keluar negeri. Perkembangan permsinsn bols voli semakin melambung di Indonesia ketika menjelang diadakannya Asian Games IV ditahun 1962 dan dilanjutkan dengan Genofu I ditahun berikutnya, yaitu tahun 1963. Hal ini berlaku untuk semua kategori, baik pria maupun wanita. Pada bulan oktober tahun 1951, permainan bola voli mulai dipertandingkan dalam acara resmi Pekan Olahraga Nasional (PON) II di Jakarta pada waktu itu.

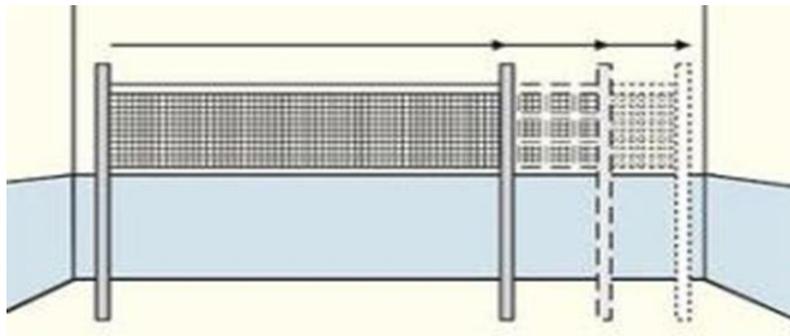
b) Sarana dan Prasarana Bola Voli

## 1) Lapangan bola voli



Ukuran lapangan bola voli yang umum adalah 9 meter x 18 meter. Ukuran tinggi. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jarring) garis tepi lapangan adalah 5 cm.

## 2) Net (jarring) dan tiang net



- Tinggi net dipasang tegak lurus diatas garis tengah, dengan ketinggian 2,43 m untuk putra dan 2,24 untuk putri. Ketinggian net harus dapat sama tinggi dan tidak boleh lebih tinggi dari 2 cm.
- Lebar net 1 mdan panjang 9,0-10 m (dengan pita samping 25-50 cm disetiap sisi), terbuat dari jalinan mata jala hitam 10 cm, berbentuk persegi. Pada punca net terdapat garis horizontal selebar 5 cm, miriip dengan pita bagian atas yang juga dilalui tali itu untuk mengencangkan net ketiang-tiang dan menjaga bagian bawah net tetap tegak.

- c) Dua pita putih dipasang tegak lurus pada net dan dipasang pada setiap sisi net. Lebar pita putih 5 cm dan panjang 1 m pita putih tersebut bagian dari net
- d) Tiang diletakan dengan jarak 0,50-1,00 m diluar garis samping. Tinggi 2,55 m dan sebaliknya dapat diatur naik turunnya, tiang harus bulat dan licin. Untuk kejuaraan dunia dan pertandingan resmi FIBV, tiang-tiang ditempatkan pada jarak 1 m dari luar garis samping.

### 3) Ron antenna



Antena adalah tongkat yang lentur dan bagian dari net sebagai batas samping dari daerah penyebrangan bola, panjang 1,80 m dan bergaris tengah 10 mm, terbuat dari fiberglass atau bahan sejenis. Antenna dipasang pada bagian luar dari setiap pita samping. Tinggi antenna di atas net adalah 80 cm dan diberi garis yang berwarna kontras sepanjang 10 cm. lebih baik berwarna merah dan putih.

### 4) Bola voli



Bola voli harus berbentuk (bulat), terbuat dari kulit atau kulit sintetis, memiliki lingkaran 65-67 cm, berat 260-280 g dan dengan tekanan dalam 0,30-0,325 kg/cm. kemudian bola ini diisi dengan udara (dipompa). Jumlah jalur yaitu 12 dan 18 jalur. Persyaratan bola yang standar ini sesuai dengan peraturan bola yang dikeluarkan oleh FIBV (federation international devollyball), sebuah pederasi bola voli international yang menangani hal-hal yang berhubungan dengan olahraga permainan bola voli.

Peraturan yang dikeluarkan oleh FIBV mengenai penggunaan bola standar dalam permainan bola vol sebagai berikut:

- a. Bola tersebut memiliki keliling lingkaran 65-67 cm, dengan berat 260-280 gram
  - b. Tekanan dalam dari bola tersebut hendaknya sekitar 0,30-0,325 kg/cm<sup>2</sup> (4.26-4.61 psi, 294.3-318-82 mbar atau hPa).
- c) Cara Permainan Bola Voli

Permainan 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 penting, yaitu *tosser (setter)*, *spiker (smash)* dan *defender* (pemain bertahan). Tosser atau pengumpan adalah orang yang bertugas untuk mengumpan bola kepada rekan-rekannya dan mengatur jalannya permainan. Spiker bertugas untuk memukul bola agar jatuh didaerah pertahanan lawan. Libero adalah pemain bertahan yang bisa bebas keluar masuk tetapi tidak boleh *men-smash* bola kesebrang net. *Defender* adalah pemain yang bertahan untuk menerima serangan dari lawan.

Permainan bola voli menuntut kemampuan otak yang prima, terutama *tosser* (pengumpan). *Tosser* harus dapat mengatur jalannya permainan. *Tosser* harus memutuskan apa yang harus dia

perbuat dengan bola yang dia dapat, dan semua itu dilakukan dalam sepersekian detik sebelum bola jatuh kelapangan sepanjang permainan

d) Teknik Dasa Permainan Bola Voli

Teknik dasar permainan bola voli adalah serangkaian keterampilan yang harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli untuk dapat bermain dengan baik dalam permainan tersebut. Teknik dasar adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien (M. Yunus, 2013: 68), jadi teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Menurut Amung Ma'mun dan Toto Subroto (2017: 51) teknik dasar permainan bola voli terdiri dari *service*, *passing*, umpan (*set-up*), *semash (spike)*, dan bendungan (*block*).

1) Servis

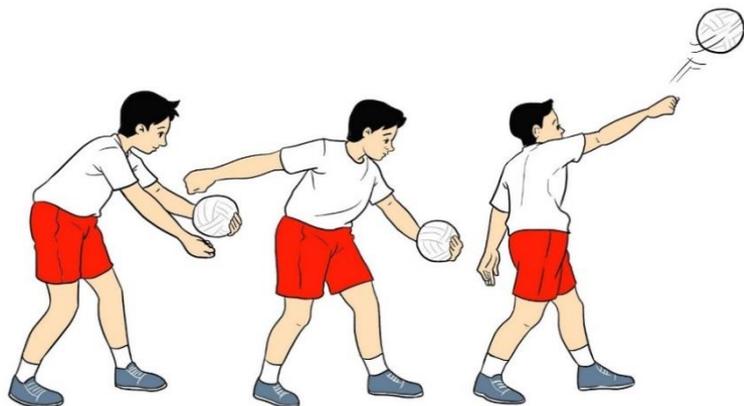
Servis dalam permainan bola voli adalah aksi pemain yang memulai permainan dengan melempar bola ke udara dan memukulkannya ke lapangan lawan. Servis adalah salah satu aspek penting dalam permainan bola voli karena servis yang kuat dan akurat dapat memberikan keuntungan bagi tim. Servis dapat dilakukan dengan berbagai teknik, seperti servis atas, servis bawah, atau servis jump. Selain itu, terdapat aturan tertentu yang harus diikuti saat melakukan servis, seperti pemain harus berdiri di belakang garis servis dan tidak boleh melanggar garis tersebut sebelum bola meninggalkan tangan pemain. Jika servis dilakukan dengan benar dan berhasil, tim yang melakukan servis akan memperoleh poin dan berhak melakukan servis berikutnya.

Servis menurut Dieter Beutelstahl (2013:8), menyatakan bahwa servis merupakan sentuhan pertama dengan bola,

sedangkan menurut Sunardi dan Kardianto (2013:17), suatu upaya memasukan bola didaerah lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan oleh pemain baris belakang yang dilakukan di daerah servis. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa servis merupakan tindakan memukul bola yang dilakukan di belakang garis lapangan permainan (daerah servis) dengan syarat melampaui rintangan atau jarring-net di lapangan lawan.

#### 1. Servis bawah

Servis bawah adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka atau mengenggam, dimana pukulan ini dilakukan dengan cara bola sedikit dilambungkan kemudian dipukul dibagian bawah pusat perut, kemudian pukul kearah daerah lawan hingga menyebrang net.



**Gambar 2.1 servis bawah bola voli**

Sumber:Mulyadi,(2013: 9)

Teknik servisbawah dalam permainan bola voli adalah sebagaiberikut:

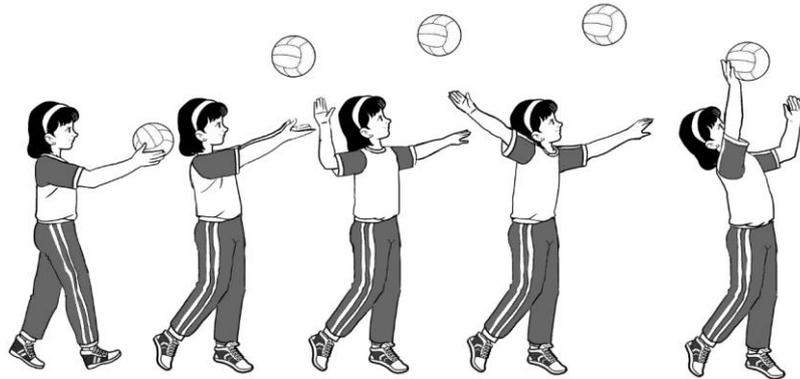
- a) Berdiri dengan tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan
- b) Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul
- c) Lambungkan bola keatas sampai melewati kepala kemudian pukul dengan mengayunkan tangan kearah bola
- d) Selanjutnya langkahkan kaki belakang kedepan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola

## 2. Servis Atas

Servis atas adalah teknik servis dalam permainan bola voli di mana pemain melempar bola ke atas dan kemudian memukulnya dengan satu tangan yang membentuk segitiga dengan jari-jari yang direntangkan. Teknik ini juga dikenal dengan sebutan "servis float karena bola yang dilambungkan ke atas tidak berputar atau bergerak secara acak di udara sebelum pemain memukulnya. Servis atas biasanya digunakan untuk memberikan tekanan dan kecepatan pada bola, serta untuk menghindari kesalahan servis dengan memberikan waktu lebih banyak kepada pemain lain dalam tim untuk menempatkan diri mereka di posisi yang tepat untuk menerima bola. Teknik servis atas biasanya digunakan oleh pemain voli yang sudah berpengalaman dan memiliki kontrol yang baik atas bola.

Menurut pendapat Beutelstahl (2013: 65) bahwa servis dapat bertujuan untuk: 1) langsung meraih angka kemenangan. 2) menghalang-halangi formasi penyerangan lawan. Sedangkan menurut Viera dan Ferguson (2020: 27) "bahwa suatu pertandingan, sangat penting bagi pemain

untuk melakukan servis dengan konsisten, yaitu paling tidak 90% dari servispemain dapat melewati net ke daerah lawan”.



**Gambar 2.2 servis atas bola voli**

Sumber: Mulyadi, (2013: 12)

Teknik servis atas dalam bola voli sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan sambil memegang bola menggunakan satu tangan
- b) Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul
- c) Lambungkan bola hingga keatas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan menggunakan tangan lewat atas kearah kepala
- d) Selanjutnya langkahkan kaki belakang kedepan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.

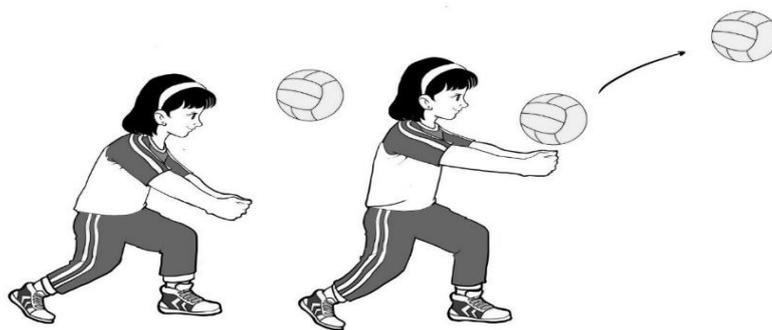
## 2) *Passing*

Menurut Winarno, Dkk (2014:76) passing berarti mengumpan atau mengoper bola kepada kawan satu regu. Passing adalah usaha atau upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang bertujuan adalah untuk mengoper bola yang di mainkan kepada teman pada seregu untuk di mainkan di lapangan sendiri.

Yunus (2013) berpendapat bahwa passing adalah mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun serangan kepada lawan. Terdapat dua macam passing yaitu passing bawah dan passing atas. Bagian berikut ini akan di kemukakan teknik melakukan passing, baik passing bawah mau pun passing atas.

#### 1. *Passing* bawah

*Passing* bawah bola voli merupakan suatu gerakan untuk mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman atau tim. Teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli merupakan teknik yang sangat penting dan wajib dikuasai oleh para pemain bola voli. Beberapa fungsi utama *passing* bawah adalah untuk menerima bola pertama dari lawan, untuk mengumpan bola kepada teman satu tim, serta untuk menahan serangan/*smash* dari tim lawan.



**Gambar. 2.3** *passing* bawah

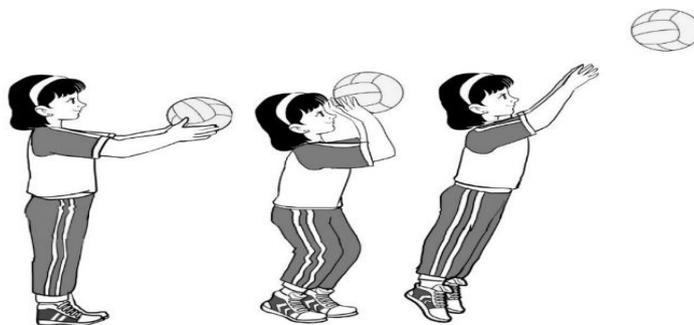
**Sumber:** Mulyadi, (2013: 15)

Cara melakukan *passing* bawah adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri seimbang dengan kedua kaki dibuka selebar bahu
- b) Lutut sedikit ditekuk, serta badan agak condong kedepan
- c) Kedua tangan dirapatkan dan lurus kedepan bawah
- d) Ayunkan edua lengan secara bersama-sama lurus keatas depan bersamaan dengan meluruskan kedua lutut
- e) Perkenaan pada kedua tangan
- f) Sikap akhir adalah gerakan lanjut dari lengan yang diikuti anggota tubuh lainnya.

## 2. *Passing* atas

*Passing* atas merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai para pemain bola voli. Menguasai *passing* atas yang baik, khususnya bagi seorang *tosser* (setter) sangat menentukan keberhasilan regu untuk memperoleh kemenangan dalam pertandingan bola voli. *Passing* atas yang dilakukan dengan baik bisa memanjakan *spiker/smasher* (orang yang melakukan *smash*) untuk melakukan pukulan *smash* dengan tajam, keras, dan mematikan.



**Gambar 2.4** *passing* atas permainan bola voli

Sumber mulyadi, (2013: 16)

Cara melakukan passing atas sebagai berikut:

- a) Berdiri seimbang dengan tumpuan dua kaki dan salah satu kaki didepan
- b) Pandangan diarahkan pada bola dan badan sedikit condong kedepan
- c) Kedua tangan terbuka diatas kepala dengan siku bengkok kesamping, serta boleh kedua lutut ditekuk (merendah)
- d) Dorong bola keatas dengan menggunakan pangkal jari-jari tangan diikuti dengan gerakan meluruskan kedua siku dan kedua lutut sehingga bada lurus
- e) Sikap akhir merupakan gerak lanjut dari kedua lengan diikuti oleh anggota tubuh lainnya.

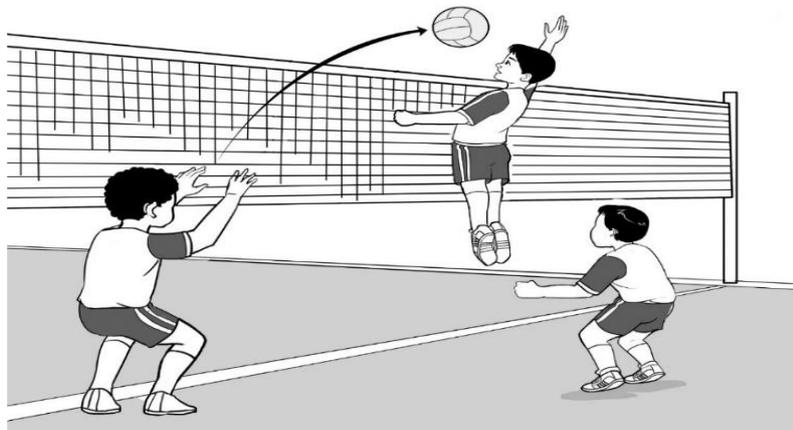
### 3) Smesh

Pengertian smash adalah suatu tindakan memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola bisa memasuki lapangan lawan main dengan harapan tidak bisa dibendung oleh regu lain sebagai lawan dalam permainan, sehingga bisa meraih poin. Tindakan ini dilakukan ketika bola sedang melambung diatas net baik yang dihasilkan dari umpan atau *passing* teman sepermainan atau bola yang berasal dari arah lawan yang dimanfaatkan untuk melakukan pukulan keras. Smesh merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan yang komplek yang terdiri dari: a) Langkah awalan, b) tolakan untuk meloncat, c) memukul bola saat melayang udara, d) saat mendarat kembali setelah memukul bola.

Dilihat dari pengertiannya, smesh dapat didefinisikan sebuah cara memainkan bola secara efektif dan efisien untuk mendapatkan hasil optimal, tapi tetap berpegang pada peraturan permainan yang telah ditetapkan. Teknik smesh

Menurut Muhajir (2016: 23) “Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Sedangkan menurut pendapat M. Mariyanto (2014: 128) “Smesh adalah suatu pukulan yang kuat 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.”

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Teknik Smes atau spike adalah cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan untuk mencapai pukulan keras yang biasanya mematikan ke daerah lawan.



**Gambar 2.5 smash permainanbola voli**

Sumber: Mulyadi, (2013: 19)

Proses gerakan keseluruhan dalam smesh diuraikan sebagai berikut:

- a) Sikap permulaan, berdiri serong kurang lebih jarak satu sampai dua meter dari net, serta posisi didalam garis serang.
- b) Gerakan pelaksanaan, langkah kaki kiri atau kaki kanan kedepan dengan satu langkah saja. Kemudian diikuti tolakan kaki yang paling kuat ditambah *timing up* yang tepat ketika bola melambung diatas net setinggi 20-30 cm, maka seorang quicker segera memukul bola dengan tepat dengan arah menukik kedalam garis serang lawan.
- c) Gerak lanjutan, mendarat dengan menjaga keseimbangan badan agar tidak menyentuh net dan kaki menyebrang net dan mendarat kembali dengan menumpu pada dua kaki sambil mengoper dan mengambil sikap siap normal.

#### 4) *Block*

*Block* adalah daya dan upaya di dekat jaring untuk mencoba menahan/menghalangi bola yang datang dari daerah lawan.



**Gambar 2.6 blocking permainan bola voli**

Sumber: Mulyadi,(2013: 22)

Sikap memblok yang benar adalah:

- a) Jongkok, bersiap untuk melompat.
- b) Lompat dengan kedua tangan rapat dan lurus ke atas.
- c) Saat mendarat hendaknya langsung menyingkir dan memberi kesempatan pada kawan satu regu untuk bergantian melakukan blok.

Blok ada dua macam yaitu: a) servis tunggal adalah membendung bola yang dilakukan oleh satu orang pemain, b) blok ganda adalah membendung bola yang dilakukan oleh dua orang pemain atau lebih. Hal yang harus diperhatikan dalam melakukan blok ganda antara lain adalah memadukan langkah kaki dan kerjasama antar bloker dalam menentukan waktu lompatan dan arah pergerakan bola. Tiap-tiap teknik-teknik dasar tersebut merupakan satu rangkaian gerakan yang memerlukan sebuah keterampilan gerak yang baik. Sehingga dalam penguasaannya memerlukan latihan yang sistematis, yang terencana sehingga penguasaan tekniknya akan lebih baik.

a) *Bloking* Tunggal (Perorangan)

Blocking tunggal suatu bendungan perorangan merupakan salah satu pertahanan yang dilakukan seorang tim dengan cara meloncat setinggi-tingginya dengan meluruskan kedua lengan ketika bola masih berada diwilayah lawan.

Berikut cara-cara melakukan bendungan perorangan:

- 1) Tahap persiapan, untuk mengawali bendungan terlebih dahulu posisi pemain khusus yang berada di dalam garis serang, sudah pasti dekat dengan net (menempel net) dengan posisi kedua lengan lurus keatas dan jari-jari dibuka secukupnya.
- 2) Tahap pelaksanaan, pandangan lurus kearah lawan mengikuti jalannya bola, seorang pemain profesional sudah dapat

mempriksi/membaca situasi dimana bola akan diumpun oleh *tosser* lawan. Kemudian ketika bola akan datang yang berasal dari *smesh* lawan tepat diatas net lakukan pembendungan dengan melompat setinggi-tingginya dengan menyesuaikan kemana arah bola akan turun.

- 3) Tahap lanjutan, setelah melakukan blocking atau bendungan perorangan yang dilakukan pemain kembali mendarat dengan kedua kaki mengepar (bergerak turun naik seperti *perr* yang ditekan dilepas kembali) serta hindari anggota badan yang mengenai net agar tidak terjadi pelanggaran

b) *Blocking* Ganda (berpasangan)

*Blocking* ganda atau bendungan berpasangan merupakan salah satupertahanan yang dilakukan seorang tim dimana dilakukan secara bersamaan baik dua pemain atau lebih. Dengan cara melompat setinggi-tingginya dengan meluruskan kedua lengan ketika bola melambung diatas net yang masih berada diwilayah lawan, sebelum terjadinya *attack* (serangan) dari lawan.

Berikut cara-cara melakukan bendungan berpasangan:

- a. Tahap persiapan, untuk mengawali bendungan terlebih dahulu posisi beberapa pemain khusus yang berada didalam garis serang berdiri sejajar, sudah pasti dekat dengan net (menempel net) dengan posisi kedua lengan lurus keatas dan jari-jari dibuka secukupnya
- b. Tahap pelaksanaan, pandangan lurus kearah lawan mengikuti jalannya bola, ketika bola melambung diatas net yang masih berada diwilayah lawan, sebelum terjadinya *attack* (serangan) dari lawan pemain sudah bergerak sejajar memprediksi tepat turunnya bola yang akan dipukul lawan. Tapi diatas net lakukan pembendungan dengan melompat setinggi-tingginya secara bersamaan baik berdua hingga bertiga sekaligus dengan menyesuaikan kemana arah bola akan turun

- c. Tahap Lanjutan, setelah melakukan *blocking* atau bendungan berpasangan yang dilakukan pemain kembali mendarat dengan kedua kaki *mengeperr* serta hindari anggota badan mengenai net agar tidak terjadi pelanggaran, jika bendungan berhasil dilakukan bola masih berada didalam wilayah maupun diluar wilayah harus segera diselamatkan dengan kembali melakukan *passing*.

### 3. PAIKEM

- 1) Pada bagian model PAIKEM akan dibahas tentang (1) hakikat PAIKEM, (2) karakteristik model PAIKEM, (3) komponen PAIKEM, (4) penjababaran PAIKEM, (5) Penerapan Model pembelajaran PAIKEM
- 2) Hakikat PAIKEM

Sofan Amri (2019:10), menyatakan bahwa PAIKEM mengandung makna pembelajaran yang dirancang agar mengaktifkan anak, mengembangkan inovasi dan kreativitas sehingga efektif namun tetap menyenangkan. Selain itu juga diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif/bermakna yang mampu memberikan siswa keterampilan, pengetahuan dan sikap untuk hidup.

Drijen kependidikan (2014) menyatakan bahwa PAIKEM merupakan sebuah model pembelajaran yang memungkinkan siswa melakukan kegiatan (proses belajar) yang beragam untuk mengembangkan keterampilan, sikap dan pemahaman berbagai sumber dan alatbantu belajar supaya pembelajaran lebih menarik, menyenangkan dan efektif. Berdasarkan pengertian PAIKEM tersebut diatas peneliti menyimpulkan bahwa PAIKEM merupakan model pembelajran yang dirancang agar tercipta pembelajaran yang mengaktifkan siswa, merepakan metode maupun media yang inovatif, mengembangkan kreativitas siswa, sehingga efektif dan menyenangkan.

### 3) Karakteristik Model PAIKEM

Karakteristik pembelajaran yang disebut PAIKEM (Khoirul Ahmadi (2019: 29) antara lain menggunakan multi metode dan multi media, melibatkan semua indra, dengan praktik dan bekerja dalam tim, memanfaatkan lingkungan sebagai sumber belajar, Pembelajaran juga perlu melibatkan multi aspek yaitu logika, kinestetika, estetika, dan etika. Dengan kata lain pembelajaran perlu mengaktifkan siswa dan guru, membuat kreatif pembelajarannya, hasilnya efektif dan tentu saja semua berlangsung dengan menyenangkan.

Selain itu, sebagai model pembelajaran di sekolah, PAIKEM memiliki karakteristik-karakteristik antara lain: berpusat pada siswa; memberikan pengalaman langsung; pemisahan mata pelajaran tidak begitu jelas; menyajikan konsep dari berbagai mata pelajaran; bersifat fleksibel; hasil belajar sesuai dengan minat dan kebutuhan siswa; dan menggunakan prinsip belajar sambil bermain dan menyenangkan (Depdiknas, 2014).

#### a) Berpusat Pada Siswa

PAIKEM berpusat pada siswa (*student centre*), hal ini sesuai dengan pendekatan belajar modern yang lebih banyak menempatkan siswa sebagai subyek belajar sedangkan guru lebih banyak berperan sebagai fasilitator yaitu memberikan kemudahan-kemudahan kepada siswa untuk melakukan aktifitas belajar.

#### b) Memberikan Pengalaman Langsung

PAIKEM memberikan pengalaman langsung kepada siswa (*direct experiences*). Dengan pengalaman langsung ini, siswa dihadapkan pada sesuatu yang nyata (konkret) sebagai dasar untuk memahami hal-hal yang lebih abstrak.

#### c) Pemisahan Mata Pelajaran Tidak Begitu Jelas

Dalam PAIKEM pemisahan antara mata pelajaran menjadi tidak begitu jelas. Focus pembelajaran diarahkan kepada pembahasan tema-tema yang paling dekat berkaitan dengan kehidupan siswa.

d) Menyajikan Konsep Dari Berbagai Mata Pelajaran

PAIKEM menyajikan konsep-konsep dari berbagai mata pelajaran dalam suatu proses pembelajaran. Dengan demikian siswa mampu memahami konsep-konsep tersebut secara utuh. Hal ini diperlukan untuk membantu siswa dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapi dengan kehidupan sehari-hari.

e) Bersifat Fleksibel

PAIKEM bersifat luwes (fleksibel) dimana guru dapat mengaitkan bahan ajar dari satu mata pelajaran dengan mata pelajaran lainnya, bahkan mengaitkannya dengan kehidupan siswa dan keadaan lingkungan dimana sekolah dan siswa berada.

f) Menggunakan Prinsip Belajar Sambil Bermain dan Menyenangkan

Prinsip belajar PAIKEM yaitu pembelajaran aktif, kreatif, efektif, dan menyenangkan.

**Aktif**, bahwa dalam proses pembelajaran peserta didik aktif secara fisik dan mental dalam hal mengemukakan penalaran (alasan), menemukan kaitan yang satu dengan yang lain, mengkomunikasikan ide/gagasan, mengemukakan bentuk representasi yang tepat, dan menggunakan semuanya itu untuk memecahkan masalah

**Efektif**, artinya telah berhasil mencapai tujuan sebagaimana yang diharapkan. Dengan kata lain dalam pembelajaran telah terpenuhi apa yang menjadi tujuan dan harapan yang hendak dicapai.

**Kreatif**, berarti dalam pembelajaran peserta didik, melakukan serangkaian proses pembelajaran secara runtut dan berkesinambungan.

**Menyenangkan**, berarti sifat terpesona dengan keindahan, kenyamanan dan kemanfaatannya sehingga mereka terlibat dengan asyik dalam belajar sampai lupa waktu, penuh percaya diri, dan tertantang untuk melakukan hal serupa atau hal yang lebih berat lagi.

#### 4) Komponen Model PAIKEM

Komponen utama model PAIKEM adalah sebagai berikut (slameto 2020: 2).

- a) Kurikulum dan perangkatnya.
- b) Sarana dan prasarana yang diperlukan.
- c) Sumber daya manusia yaitu, guru dan tenaga kependidikan lainnya.
- d) Manajemen yang tertib, teratur dan transparan serta akuntabel.
- e) Didukung penilaian yang berkelanjutan

Semua itu perlu diarahkan pada standarisasi mutu pendidikan secara berkelanjutan dalam menghadapi tuntutan lokal, nasional dan global. Juga perlu dukungan secara aktif dari peran masyarakat dan sistem manajemen berbasis sekolah.

#### 5) Penjabaran Model PAIKEM

Penjabaran model PAIKEM meliputi a) pembelajaran aktif, b) pembelajaran inovatif, c) pembelajaran kreatif, d) pembelajaran efektif, dan pembelajaran yang menyenangkan.

##### a) Pembelajaran Aktif

Secara harfiah *active* artinya: “*in the habit of doing things, energetic*” (Hornby dalam Muhibin dan Rahayu 2019: 13), artinya terbiasa berbuat segala hal dengan menggunakan segala daya. Pembelajaran yang aktif berarti pembelajaran yang

memerlukan keaktifan semua siswa dan guru secara fisik, mental, emosional, bahkan moran dan spiritual.

Guru harus menciptakan suasana sedemikian rupa sehingga siswa aktif bertanya, membangun gagasan, dan melakukan kegiatan yang dapat memberikan pengalaman langsung, sehingga belajar merupakan proses aktif siswa dalam membangun pengetahuannya sendiri. Dengan demikian, siswa didorong untuk bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri. Taslimuharrom dalam Muhibin dan Rahayu (2019: 23) mengatakan bahwa sebuah proses belajar dikatakan aktif (*active learning*) apabila mengandung:

- a. Keterlekatan pada tugas (*commitment*), dalam hal ini, materi, metode, dan strategi pembelajaran hendaknya bermanfaat bagi siswa (*meaningful*), sesuai dengan kebutuhan siswa (*relavant*), dan bersifat/memiliki keterkaitan dengan kepentingan pribadi (*personal*).
- b. Tanggung jawab (*Responsibility*). Dalam hal ini, sebuah proses belajar perlu memberikan wewenang kepada siswa untuk berfikir kritis secara bertanggung jawab, sedangkan guru lebih banyak mendengar dan menghormati ide-ide siswa, serta memberikan pilihan dan peluang kepada siswa untuk mengambil keputusan sendiri.
- c. Motivasi (*Motivation*), proses belajar hendaknya lebih mengembangkan motivasi *intrinsic* siswa. Motivasi *intrinsic* adalah hal dan keadaan yang berasal dari dalam diri siswa sendiri yang dapat mendorongnya melakukan tindakan belajar. Dalam ptrespektif psikologi kongnitif, motivasi yang lebih signifikan bagi siswadalahmotivasi *intrinsic* (bukan ekstrinsik) karena lebih murni dan langeng serta tidak bergantung pada dorongan atau pengaruh orang lain. Dorongan mencapai prestasi dan memiliki

pengetahuan dan keterampilan untuk masa depan, umumnya, memberi pengaruh lebih kuat dan relative lebih langeng dibandingkan dengan dorongan hadiah atau dorongan keharusan dari orang tua dan guru. Motivasi belajar siswa akan meningkat apabila ditunjang oleh pendekatan yang lebih berpusat pada siswa (*student centred learning*). Guru mendorong siswa untuk aktif mencari, menemukan dan memecahkan masalahnya sendiri.

b) Pembelajaran Inovatif

Kata “inovatif” berasal dari kata sifat Bahasa Inggris *innovative*. Kata ini berakar dari kata kerja *to innovate* yang mempunyai arti menemukan (sesuatu yang baru). Oleh karena itu, (slameto 2014: 2) menyatakan bahwa pembelajaran inovatif dapat diartikan sebagai pembelajaran yang dirancang oleh guru, yang sifatnya baru, tidak seperti biasanya yang dilakukan, dan bertujuan untuk memfasilitasi siswa dalam membangun pengetahuan sendiri dalam rangka proses perubahan perilaku yang lebih baik sesuai dengan potensi dan perbedaan yang dimiliki siswa.

c) Pembelajaran Kreatif

Kreatif (*creative*) berarti menggunakan hasil ciptaan/kreasi baru atau yang berbeda dengan sebelumnya. Pembelajaran yang kreatif mengandung makna tidak sekedar melaksanakan dan menerapkan kurikulum. Kurikulum memang merupakan dokumen dan rencana buku, namun tetap perlu dikritisi dan dikembangkan secara kreatif.

Amri dan Ahmadi (2019: 16) menyatakan bahwa pembelajaran kreatif dimaksudkan agar guru menciptakan kegiatan belajar yang beragam sehingga memenuhi berbagai tingkat kemampuan siswa dan tipe serta gaya belajar siswa. Dengan demikian, ada kreativitas pengembangan potensi dan

kerativitas dalam pelaksanaan pembelajaran dikelas termasuk pemanfaatan lingkungan sebagai sumber bahan dan sarana untuk belajar. Pembelajaran kreatif juga dimaksudkan agar guru menciptakan kegiatan belajar yang beragam sehingga memenuhi berbagai tingkat kemampuan siswa dan tipe serta gaya belajar siswa.

d) Pembelajaran Efektif

Pembelajaran dapat dikatakan efektif (*effective*/berhasil) jika mencapai sasaran atau minimal mencapai kompetensi dasar yang telah ditetapkan. Serta banyak hal yang didapat oleh siswa, bahkan guru pada setiap kegiatan pembelajaran mendapatkan pengalaman baru sebagai hasil interaksi dua arah dengan siswanya. Agar kita tahu apakah pembelajaran dikelas kita efektif atau tidak, setiap akhir pembelajaran perlu kita lakukan evaluasi, evaluasi yang dimaksudkan disini bukan sekedar tes untuk siswa, tetapi sejenis perenungan yang dilakukan oleh guru dan siswa (refleksi) dan didukung oleh data catatan guru, salah satunya mungkin hasil latihan/sejenis tes lisan, tertulis maupun perilaku. Kemudian barulah kita simpulkan sudahkah tujuan yang kita tetapkan telah tercapai, seberapa besar pencapaiannya, apa kekurangan dan kelebihannya serta apa tindak lanjut dan rencana kita berikutnya, yang berupa program perbaikan dan peningkatan kualitas pembelajaran.

e) Pembelajaran yang Menyenangkan

Slameto (2014: 2) menyatakan pembelajaran yang menyenangkan harus dimaknai secara luas tidak sekedar menyenangkan, tetapi pembelajaran juga harus tepat “dinikmati” oleh pembelajarnya. Pembelajaran dapat dinikmati jika pembelajaran tersebut “mengasyikan”. Mengasyikan tidak sekedar menyenangkan tetapi ada unsur ketekunan, *iner*

*motivation*, setelah mengetahui sesuatu hal selalu ingin tahu lebih lanjut, dan mempunyai ketahanan belajar lebih lanjut. Belajar itu harus menyenangkan, mengasyikkan, menguatkan dan mencerdaskan. Selain itu siswa harus dilatih oleh pikir, olah hati, olah rasa, dan olahraga.

#### 6) Penerapan Model pembelajaran PAIKEM

(Amri dan Ahmadi 2019: 17) penerapan pembelajaran aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan (PAIKEM) dalam proses pembelajaran harus dipraktikkan dengan benar. Secara garis besar, penerapan model PAIKEM dapat digunakan sebagai berikut:

- a) Siswa terlibat dalam berbagai kegiatan yang mengembangkan pemahaman dan kemampuan mereka dengan penekanan belajar melalui berbuat.
- b) Guru menggunakan berbagai alat bantu dan berbagai cara dalam membangkitkan semangat, termasuk menggunakan lingkungan sebagai sumber belajar untuk menjadikan pembelajaran menarik, menyenangkan bagi siswa.
- c) Guru mengatur kelas dengan memajang buku dan bahan belajar yang lebih menarik dan menyediakan “pokok bahasan”
- d) Guru menerapkan cara mengajar yang lebih kooperatif dan interaktif, termasuk cara belajar kelompok.
- e) Guru mendorong siswa untuk menemukan caranya sendiri dalam pemecahan suatu masalah, untuk mengungkapkan gagasannya dan melibatkan siswa dalam menciptakan lingkungan sekolahnya.

Untuk menerapkan PAIKEM guru juga perlu merancang kegiatan sesuai sintaks. Sintaks PAIKEM pada dasarnya direduksi dari berbagai model pembelajaran (Ahmadi dan Amri 2019: 33). Sintaks adalah pedoman umum berupa keseluruhan alur atau langkah-langkah kegiatan pembelajaran dalam suatu model pembelajaran. Pengertian tersebut sama dengan yang

diungkapkan oleh Arends dalam Utomo (2020:60), bahwa sintaksis adalah keseluruhan alur atau rangkaian kegiatan pembelajaran. Dalam pembelajaran, sintaks menentukan jenis tindakan guru, urutannya, dan tugas untuk siswa.

Menurut Joyce & Weil dalam Utomo (2020: 61), sintaks juga dapat didefinisikan sebagai rangkaian kegiatan yang disebut fase. Setiap model pembelajaran juga memiliki alur fase yang berbeda. Oleh karena itu, setiap sintaks model pembelajaran memuat rangkaian tahapan untuk mencapai ide pokok atau gagasan, serta tujuan dari model pembelajaran tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sintak model pembelajaran merupakan acuan umum atau keseluruhan alur kegiatan pembelajaran yang berupa rangkaian tahapan untuk mencapai ide pokok atau gagasan, serta tujuan yang ingin dicapai. dalam sebuah model pembelajaran.

Untuk menerapkan PAIKEM guru juga perlu merancang kegiatan sesuai sintaks. Sintaks PAIKEM pada dasarnya direduksi dari berbagai model pembelajaran (Ahmadi dan amri 2019: 33). Berikut berkaitan dengan peneliti mengacu pada sintaks dalam *setting* pembelajaran langsung dan pembelajaran kooperatif.

Dalam membuat sintaks model pembelajaran yang digunakan haruslah pendekatan saintifik. Berikut langkah-langkah pembuatan sintaks pembelajaran dari Kemendikbud (2013).

**Tablel 2.1 sintaks Model PAIKEM**

	<b>Tahap sintaks</b>	<b>Peran/Kativitas Guru</b>
1	Mengamati	<p><b>Langkah 1 : Identifikasi topik dan organisasi peserta dalam kelompok</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan penjelasan topik yang dipelajari</li> <li>• Siswa mengidentifikasi topik pembelajran</li> <li>• Siswa membentuk kelompok besar</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan tugas awal setiap kelompok</li> </ul>
2	Menanya	<p><b>Langkah 2 : Merencanakan tugasbelajar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengajak siswa diskusi dan mengarahkan agar siswa dapat merumuskan pertanyaan atau permasalahan yang akan dipelajari.</li> </ul>
3	Mencoba	<p><b>Langkah 3 : Melakukan penyelidikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan lembar kegiatan</li> <li>• Guru memberikan arahan keberhasilan kegiatan</li> <li>• Siswa menyiapkan alat dan bahan praktek</li> <li>• Siswa melakukan praktek</li> </ul>
4	Mengkomunikasikan	<p><b>Langkah 4 : Presentasi laporan akhir</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa membahas hasil praktek dalam kelompok</li> <li>• Guru dapat melakukan intervensi dalam diskusi</li> <li>• Siswa melakukan hasil presentasi kerja kelompok</li> <li>• Melalui fasilitasi guru menyimpulkan hasilkegiatan</li> <li>• Guru memberika penugasan kelompok dirumah</li> </ul>
		<b>Langkah 5 : Evaluasi</b>

**Kemendikbud (2013)**

Selain memperhatikan sintaks model PAIKEM, Jauhar (2013: 152) menyatakan bahwa ada beberapa hal yang harus diperhatikan pada waktu guru akan melaksanakan PAIKEM yaitu sebagai berikut:

- a) Memahami sikap yang dimiliki oleh siswa. Pada dasarnya anak memiliki imajinasi dan rasa ingin tahu. Keduanya merupakan modal dasar bagi perkembangannya, sikap dan kritis dan kreatif, oleh karenanya pembelajaran perlu dijadikan lahan yang kita olah agar menjadi tempat yang subur bagi potensi perkembangan anak.
- b) Mengenal anak secara perorangan (karakter siswa). Guru sebaiknya mengenal perbedaan kemampuan, harapan, pengalaman, sikap terhadap sekolah dan latar belakang ekonomi dan sosial dari setiap siswa. Berbekal pengetahuan tersebut, guru dapat membantu siswa apabila mendapat kesulitan sehingga anak belajar secara optimal.
- c) Memanfaatkan perilaku siswa dalam pengorganisasian belajar. Secara alami sebagai makhluk social siswa bermain secara berkelompok sehingga mereka dapat mengerjakan tugas belajar berpasangan/berkelompok. Meski demikian, siswa perlu diberi kesempatan untuk menyelesaikan tugas secara individu agar bakat individunya berkembang.
- d) Mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreatif dan kemampuan memecahkan masalah. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan cara memberikan tugas-tugas praktik dan mengajukan pertanyaan yang diawali dengan kata-kata “mengapa”, “bagaimana” dan “apa yang terjadi jika” (*tipe open question*)
- e) Mengembangkan ruang kelas sebagai lingkungan belajar yang menarik. Hasil pekerjaan siswa dipajang dikelas. Pajangan dapat berupa gambar dan sebagainya.

- f) Memanfaatkan lingkungan sebagai sumber belajar dan objek belajar. Lingkungan fisik, social dan budaya dapat berperan sebagai sumber belajar sekaligus objek belajar. Siswa dapat diberi kegiatan untuk melakukan pengamatan (dengan seluruh indranya), mencatat, merumuskan pertanyaan, berhipotesis, mengklasifikasi, membuat tulisan dan membuat diagram.
- g) Memberikan umpan balik yang baik untuk meningkatkan keinginan belajar. Umpan balik yang diberikan hendaknya menggunakan kekuatan daripada kelemahan siswa, umpan balik pun harus diungkapkan secara satua dengan maksud agar siswa lebih percaya diri. Guru harus konsisten memeriksa hasil pekerjaan siswa dan memberikan komentar serta catatan yang bermaksna untuk pengembangan siswa daripada sekedar pemberian angka/nilai.
- h) Membedakan antara aktif fisik dan aktif mental. Siswa yang aktif secara fisik memiliki indicator seperti terlihat sibuk bekerja dan bergerak. Siswa yang aktif secara mental memiliki indicator antara lain: sering bertanya, mempertanyakan gagasan orang lain, mengungkapkan gagasan. Syarat berkembangannya aktivitas mental adalah tumbuhnya perasaan tidaktakut ditertawakan, tidak takut disepelekan atau tidak takut dimarahi jika salah. Guru hendaknya menghilangkan rasa takut itu.

#### **4. Pelaksanaa Servis Atas**

Servis atas atau sering disebut *overhead floater* merupakan salah satu servis yang ada dalam permainan bola voli. *Overhead floater* adalah pukulan mengambang, karena bola yang dipukul bergerak ke kiri ke kanan dan keatas ke bawah pada saat melintasi net. Servis atas atau *floating servis* adalah servis yang mengandung spin. Bola seakan-akan melayang, tanpa berputar sama sekali. Secara umum, bola itu melayang, kadang berubah arah, vertikal maupun horizontal.

Roji dan Eva Yulianti (2017: 30) menyatakan cara melakukan servis atas sebagai berikut:

a. Sikap awalan

Berdiri dibelakang garis lapangan dalam posisi siap kaki dibuka selebar bahu dan tangan memegang bola dengan kedua tangan didepan tubuh, badan tetap tegak, selanjutnya pandangan kearah depan atau net.

b. bola dipegang menggunakan tangan kiri dan bola tersebut dilambungkan keatas kepala sesuai yang diinginkan dan posisi badan dicondongkan kebelakang disertai dengan posisi tangan yang akan memukul bola ditarik kesamping kepala, kemudian bola yang dilambungkan di pukul menggunakan telapak tangan selanjutnya pandangan kearah bola yang akan dipukul.

c. posisi tangan yang memukul bola berada didepan sehingga smapai turun kebawah dan kaki kanan maju melangkah kedepan berlawanan dengan kaki kiri dibelakang dan posisi badan condong kedepan disertai pandangan kearah bola yang menyebrang kearah lawan.

Muhajir, (2016:35) menyatakan cara melakukan servis atas sebagai berikut:

a. Sikap awalan

Berdiri dengan kedua kaki dalam posisi melangkah, berat badan bertumpu pada kedua kaki dan sikap bada agak condong kedepan, pegang bola di depan badan.

b. Sikap pelaksanaan

Lambungkan bola ke atas agak kebelakang menggunakan tangan kiri, lentingkan badan ke belakang. Bersamaan dengan gerakan badan ke depan, bola dipukul menggunakan tangan kanan yang dibantu dengan mengaktifkan pergelangan tangan.

c. Sikap Akhir

Ikuti gerakan badan ke depan dengan melangkahakan kaki belakang ke depan. Gerakan ini merupakan gerak dasar (fundamental) dari gerakan memukul.

Menurut Dr. Muhammad Suhairi dan Utami Dewi (2021: 26) menyatakan servis tangan atas overhead service adalah teknik dimana posisi bola setelah dilambungkan setinggi 50 cm di depan atas kepala dan bola dipukul setelah mencapai jangkauan.

a. Sikap awalan

Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan dibelakang (kaki tumpuan dominan di belakang). Bola dipegang menggunakan tangan kiri (menyesuaian tangan pemukul), lambungkan bola ke atas agak ke belakang melebihi tinggi kepala (1 meter).

b. Sikap pelaksanaan

Saat melambungkan bola, secara bersamaan gerakkan badan ke depan, bola di pukul menggunakan tangan kanan (dominan). Perkenaan bola tepat pada tangan, dengan telapak tangan menghadap ke arah bola, pukulan bola dilakukan dengan tangan dalam keadaan terbuka dan rapat.

c. Sikap akhir

Mata tetap tertuju pada bola, akhiri dorongan bola dengan melangkahakan kaki (dominan) ke depan, pandangan mengikuti ke arah gerakan bola, kembali posisi siap menerima bola.

Aep Rohendi (2018: 110) menyatakan bahwa servis atas adalah melambungkan bola keatas, lalu memukulnya dengan menggunakan telapak tangan hingga bola melewati jarring net dan masuk ke wilayah tim lawan.

1) Sikap awalan

- a. Badan sikap sempurna dan kedua tangan memegang bola.
- b. salah satu kaki ditarik kebelakang.

## 2) Sikap pelaksanaan

- a. Boladilempar diatas kepala dan salah satu lengan ditarik kebelakang.
- b. Bola bersentuhan langsung dengan telapak tangan ketika dipukul.
- c. Pandangan tetap fokus ke depan atau kearah sasaran.

## 3) Sikap akhir

- a. Sendi bahu dorong kedepan dan telapak tangan agak kaku
- b. sendi kaki belakang didorong kedepan dan pukul bola dengan telapak tangan, kemudian kedua lengan jatuh di bagian punggung.

## **B. Kajian Yang Relevan**

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian yang sudah pernah dibuat dan dianggap cukup relevan/mempunyai keterkaitan dengan judul dan topik yang akan diteliti yang berguna untuk menghindari terjadinya pengulangan penelitian dengan pokok permasalahan yang sama. Penelitian relevan dalam penelitian juga bermakna berbagai referensi yang berhubungan dengan penelitian yang akan dibahas.

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

- 1) Penelitian yang dilakukan oleh Achmad Choirul Maknun dan Bambang Ferianto Tjahyo Kuntjoro (2018) yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan (PAIKEM) Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar PJOK pada Siswi kelas XI AK 1 SMK Prapanca 2 Surabaya” Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh model pembelajaran PAKEM terhadap motivasi dan hasil belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas XI AK 1 di SMK Prapanca 2 Surabaya. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *True Eksperimental Design* dengan desain *Randomized Control Group Pre-test -Post-test Design*

- 2) Penelitian yang dilakukan oleh Puguh Satya Hasmara (2017) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Voli Menggunakan Model Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, dan Menyenangkan (PAIKEM)” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli dengan menerapkan model pembelajaran aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan (PAIKEM) pada siswa kelas X Keperawatan SMK Hayam Wuruk Mojokerto. Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (*classroom-based action research*).
- 3) Penelitian yang dilakukan oleh Tunsyah (2013) yang berjudul “Upaya Peningkatan Penguasaan Passing Atas Dalam Pembelajaran Bola Voli Melalui Pendekatan PAIKEM Pada Siswa Kelas V SDN Ungaran Kecamatan Kutowinangun Kabupaten Kebumen” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Peningkatan Penguasaan Passing Atas dalam Pembelajaran Bolavoli melalui Pendekatan PAIKEM pada Siswa Kelas V SDN Ungaran Kecamatan Kutowinangun Kabupaten Kebumen. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*).