

## BAB II

### *PASSING BAWAH BOLA VOLLY DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIO VISUAL*

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Permainan Bola Volly

###### a. Sejarah Permainan Bola Volly

Voli dikenal dengan nama *mintonette*. Olahraga *mintonette* ini d pertama kali ditemukan oleh seorang instruktur pendidikan jasmani (*Director of Physical Education*) yang bernama William G. Morgan di YMCA pada tanggal 19 Februari 1895, di *Holyoke, Massachusetts* (Amerika Serikat).

William G. Morgan di lahirkan di *Lockport, New York* pada tahun 1870, dan meninggal pada tahun 1942. YMCA (*Young Mens's Christian Association*) merupakan sebuah organisasi yang didedikasikan untuk mengajarkan ajaran-ajaran pokok umat kristen kepada para pemuda, seperti yang telah diajarkan oleh Yesus. Organisasi ini didirikan pada tanggal 6 Juni 1884 di London, Inggris oleh Gorgre William. Setelah bertemu dengan James Naismith (Seorang pencipta olahraga bola basket yang lahir pada tanggal 6 November 1861, dan meninggal pada tanggal 28 November 1939), Morgan menciptakan sebuah olahraga baru yang bernama *mintonette*.

Sama halnya dengan James Naismith, William G. Morgan juga mendedikasikan hidupnya sebagai seorang insruktur pendidikan jasmani. William G. Morgan yang juga merupakan lulusan *Springfield College of YMCA*, menciptakan permainan *Mintonette* ini 4 tahun setelah diciptakannya olahraga permainan *basketball* oleh James Naismith. Olahraga permainan *Mintonette* sebenarnya merupakan sebuah permainan yang diciptakan mengkombinasikan beberapa jenis permainan. Tepatnya, permainan *Mintonette* diciptakan dengan mengadopsi empat macam karakter olahraga permainan menjadi satu, yaitu bola basket, *baseball*, tenis, dan yang terakhir adalah bola tangan (*handball*). Pada awalnya,

permainan ini diciptakan khusus bagi anggota YMCA yang sudah tidak berusia muda lagi, sehingga permainan ini-pun dibuat tidak seaktif permainan bola basket.

Perubahan nama Mintonette menjadi *Volleyball* (bola volly) terjadi pada tahun 1896, pada demonstrasi pertandingan pertamanya di Internasional YMCA *Training School*. Pada awal tahun 1896 tersebut Dr. Luther Hasley Gulick (*Director of the Professional Physical Education Training School* sekaligus *Executive Director of Department of Physical Education of the Internasional Committee of YMCA*) mengundang dan meminta Morgan untuk mendemonstrasikan permainan baru yang telah ia ciptakan di stadion kampus yang baru. Pada sebuah konvensi yang bertempat di kampus YMCA, *Springfield* tersebut juga dihadiri oleh instruktur pendidikan jasmani. Dalam kesempatan tersebut, Morgan membawa 2 tim yang pada masing-masing tim beranggotakan 5 orang.

Cabang olahraga Bola volly dikenal di Indonesia mulai tahun 1928. Jadi sejak penjajahan Belanda permainan ini sudah dikenal. Penyebaran permainan Bolavoli ke Indonesia dibawa oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lanjutan, pada waktu itu HBS dan AMS, dan pada waktu itu permainan Bola volly belum mendapat tempat di masyarakat. Datangnya tentara Jepang ke Indonesia, memberikan andil yang besar dalam perkembangan Bola volly di Indonesia. Setelah Indonesia merdeka, banyak bekas anggota Angkatan Perang Belanda yang bergabung kedalam kesatuan tentara Republik Indonesia, bermain Bola volly dan memiliki andil besar dalam mengembangkan permainan Bola volly. Sehingga Tentara Nasional Indonesia ikut berjasa dalam memasyarakatkan Bola volly di Indonesia.

Sejak Pekan Olahraga Nasional (PON) kedua yang diselenggarakan tahun 1951 di Jakarta, cabang olahraga Bola volly masuk sebagai cabang olahraga yang selalu dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional. Pada tahun 1955 terbentuk induk organisasi Bola volly nasional dengan nama PBVSI (Persatuan Bola volly Seluruh Indonesia). Dengan adanya

induk organisasi tersebut diharapkan permainan Bola volly di Indonesia berkembang lebih pesat dan teratur. Pembentukan induk organisasi Bola volly Indonesia ini dipelopori oleh IPVOS (Ikatan Perhimpunan Volleyball Surabaya) dan PERVID (Persatuan *Volleyball* Indonesia Djakarta).

Kejuaraan-kejuaraan Bola volly tingkat Internasional secara resmi sudah pernah dilaksanakan di Indonesia. Yakni *Asian Games* ke IV di Jakarta, GANEFO dan SEA Games. PBVSI pun telah melaksanakan kursus wasit tingkat Internasional zone Asia sebanyak dua kali, dan kursus pelatih Internasional yang bekerja sama dengan *Japan Foundation* dan *Olympic Solidarity*. Penggemar Bola volly di tanah air makin lama makin banyak, terbukti pada penyelenggaraan pertandingan PON IX pada tahun 1977 di Jakarta. Pertandingan Bola volly yang diselenggarakan di gelanggang remaja Bulungan, pada babak semi final tidak dapat menampung penonton yang begitu banyak. Pertandingan terpaksa dihentikan karena kapasitas Gelanggang Remaja Bulungan tidak mampu lagi menampung penonton. Pertandingan kemudian dipindahkan ke ISTORA senayan. Pada pertandingan semi final dan final rata-rata jumlah penonton mencapai  $\pm 12.000$  orang

Bola volly di Indonesia mulai berkembang pesat pada tahun 1962, saat menjelang *ASEAN GAME IV* tahun 1962 dan Geneto 1 tahun 1963 di Jakarta. Induk Organisasi permainan bola voli sendiri di Indonesia dikenal dengan PBVSI (Persatuan bola voli seluruh Indonesia) yang didirikan pada tanggal 22 Januari 1955 di Jakarta bersamaan berlangsungnya kejuaraan bola volly yang pertama.

Peraturan awalnya tidak ditentukan berapapun jumlah pemain dalam 1 timnya. Pada tahun 1986 nama permainan ini diubah menjadi *Volley Ball* oleh AL. Fred T. Halstead, yang telah menyaksikan permainan ini, menanggap bahwa *Volley Ball* lebih sesuai menjadi nama permainan ini, mengingat ciri permainan ini dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh tanah.

Sejak itu bola tidak hanya dimainkan dilapangan tertutup tetapi juga dilapangan terbuka, di halaman-halaman sekolah, ditepi pantai dan di tempat lainnya. Permainan ini mulai populer baik dikalangan muda maupun tua, karena tidak memerlukan lapangan yang terlalu luas dan harganya pun relatif lebih murah serta dapat dimainkan oleh banyak orang sekaligus bersama-sama.

#### **b. Teknik dasar Permainan Bola Volly**

Menurut Rahmani (2014:55) menjelaskan “Dalam cabang olahraga bola voli terdapat beberap teknik dasar yang dapat dipelajari, diantaranya *servis*, *passing*, *smash*, dan *blocking*” Dari setiap teknik dasar tersebut memiliki fungsi yang berbeda.

Beutelstahl (2008:8) menjelaskan teknik merupakan “prosedur yang telah dikembangkan berdasarkan praktik dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna.”. Selanjutnya Ahmadi (2007:9) menyebutkan “teknik-teknik dalam permainan bola volly terdiri atas *servis*, *passing* bawah dan *passing* atas, *block*, dan *smash*” Teknik - teknik dasar yang terdapat dalam permainan bola volly sangat mempengaruhi keterampilan seseorang dalam permainan bola volly.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa *passing* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli. Bagi para pemula penekanan dalam belajar bola volly lebih difokuskan untuk penguasaan teknik *passing* dalam permainan bola volly cukup dominan, baik untuk mewujudkan serangan maupun bertahan. adapun teknik-teknik yang harus dikuasai, yaitu: *servis*, *passing*, *smash*, dan *block*.

##### *1) Servis*

Menurut Nuril Ahmadi (2007 : 20) *servis* adalah pukulan pertama yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampui *net* ke daerah lawan. Pukulan *servis* dilakukan pada permulaan dan setiap terjadinya kesalahan. Karena pukulan *servis* sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan *servis*

harus meyakinkan, terarah, keras dan menyulitkan lawan. *Servis* merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik saat ini hanya sebagai permukaan permainan, tapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. M. Yunus (1992: 109).



Gambar 2.1 : Rangkaian Gerakan *Servis*.  
Sumber : Barbara L Viera & Bonnie J Ferguson 2000: 123

## 2) *Passing*

Menurut M. Yunus (1992: 122), *passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007: 22). Berdasarkan pada macam teknik dasar *passing* dalam permainan bola volly, maka teknik *passing* dibedakan meliputi teknik *passing* atas dan teknik *passing* bawah.

### a) *Passing* atas

Cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk

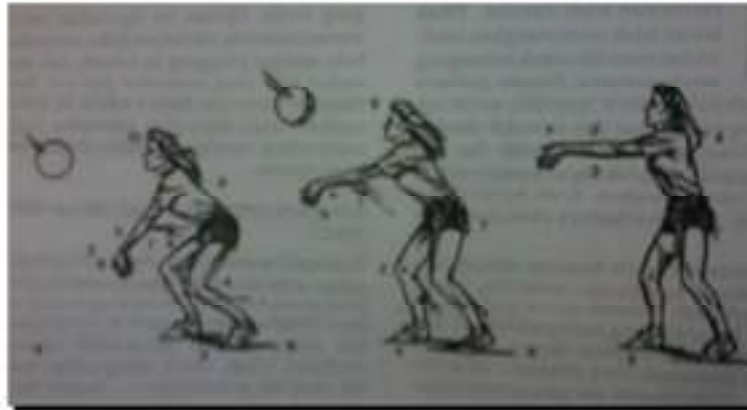
hingga berada di muka setinggi hidung. Sudut antara sikut dan badan kurang lebih 45 derajat. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan. Menurut Nuril Ahmadi (2007 : 26-27) memainkan bola dengan teknik *passing* atas dapat dilakukan dengan berbagai variasi yaitu antara lain: 1) *passing* atas ke arah belakang lewat atas kepala, 2) *passing* atas ke arah samping pemain, 3) *passing* atas sambil melompat ke atas, 4) *passing* sambil menjatuhkan diri kesamping, 5) *passing* atas sambil menjatuhkan diri ke belakang.



Gambar 2.2 : Rangkaian Gerakan *Passing* Atas.  
Sumber : Barbara L Viera & Bonnie J Ferguson 2000: 54

#### b) *Passing* bawah

Menurut Barbara L Viera & Bonnie J Ferguson (2000:19) *passing* bawah atau operan lengan bawah merupakan teknik dasar bola volly yang harus di pelajari lebih tegasnya Barbara & Bonnie mengatakan bahwa “operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang *servis*. Operan ini digunakan untuk menerima *servis*, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang terpantul di *net*”.



Gambar2.3. Rangkaian Gerakan *Passing Bawah*  
 Sumber : Barbara L Viera & Bonnie J Ferguson 2000: 20

### 3) *Smash*

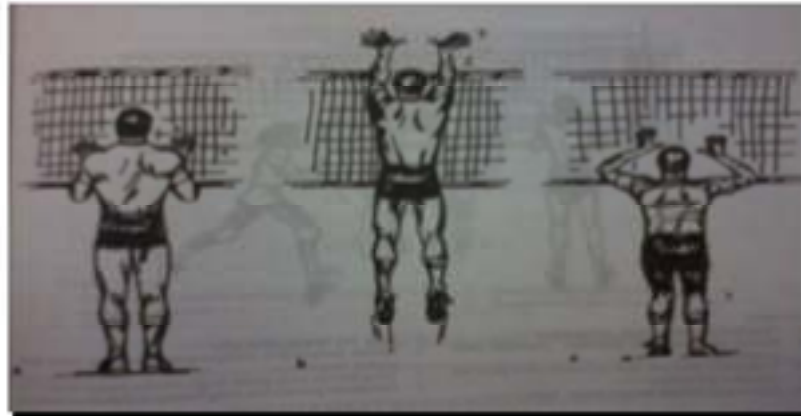
*Smash* merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan (M. Yunus, 1992: 156). Sedangkan menurut Nuril Ahmadi (2007: 31) *smash* merupakan pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, jalannya menukik. *Smash* merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.



Gambar 2.4.: Rangkaian Gerakan *Smash*.  
 Sumber : Barbara L Viera & Bonnie J Ferguson 2000: 76

#### 4) *Block*

*Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan (M. Yunus, 1992: 170). Menang atau kalah pada pertandingan bola volly sesungguhnya tergantung pada baik tidaknya *basic skill* atau kemampuan dasar pemain itu sendiri. *Basic skill block* atau pertahanan merupakan inti dari seluruh sistem pertahanan. Hanya dengan pertahanan yang kuat pemain dapat melindungi pukulan-pukulan *smash* lawan.



Gambar 2. 5 : Rangkaian Gerakan *Block*.  
Sumber Barbara L Viera & Bonnie J Ferguson 2000: 123

#### c. *Passing Bawah Bola Volly*

Salah satu teknik dasar dalam permainan bola volly adalah *passing*. Subroto dan Yudiana (2010:47) menyatakan bahwa “*passing* dalam permainan bola volly adalah istilah cara memainkan bola pertama setelah bola berada dalam permainan akibat serangan lawan, *servis* lawan, atau permainan *net* (*cover spike* dan *cover block*)”. Dengan begitu, agar dapat melakukan *passing* yang baik, diperlukan keterampilan dan kemampuan fisik yang baik, sehingga hasil dari *passing* yang kita lakukan dapat dilakukan dengan optimal. Hal ini sesuai dengan perkataan Kinda S. Lamberg (2006:21) yang mengatakan bahwa “*good serve receiver must to the ball determines his or her serve-receive succes rate*”.



Dalam hal ini kemampuan pemain untuk bergerak secara efisien akan menentukan tingkat keberhasilan *Passing* bawah adalah gerakan untuk mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman dalam satu regu. Teknik *passing* bawah dalam permainan bola volly merupakan teknik yang sangat penting dan wajib dikuasai oleh para pemain bola volly. Karena menurut Bonnie Kenny dan Cindy Gregory (2006:33) mengatakan bahwa “*The forearm pass and the serve are the two most important skills in volleyball. Without the serve and pass, the ball cannot be put into play*”. Artinya sudah jelas bahwa *passing* bawah merupakan bagian terpenting dalam permainan bola volly, karena tanpa menguasai teknik *passing*, mustahil kita dapat memainkan bola dengan benar.

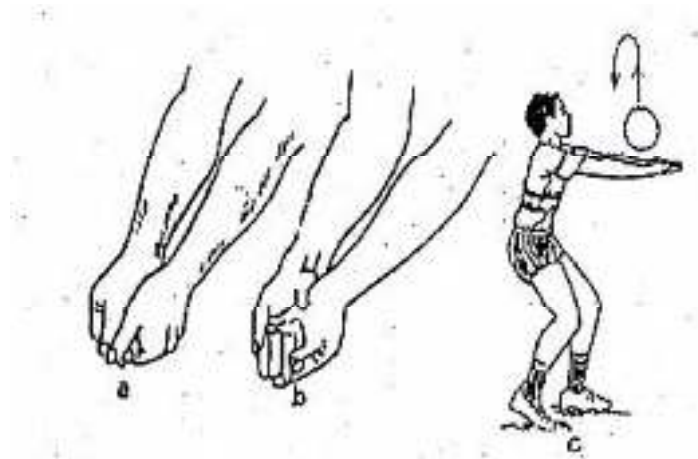
Barbara L. Viera (dalam Maharani Kirana P, 2013: 19), mengatakan bahwa “Operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang *servis*. Operan ini digunakan untuk menerima servis, menerima *spike* memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola terpantul di net”. Memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah (*passing* bawah) merupakan teknik bermain yang cukup penting.

Menurut Setiadi (2011:16) *passing* bawah adalah permainan bola dengan gaya menggali, bola diterima dan dikembangkan dengan cara dipantulkan menggunakan dua belah lengan. Sedangkan menurut Yudiana dan Subroto (2010:51) menyatakan *passing* bawah adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu untuk menggunakan kedua pergelangan tangan yang dirapatkan. *Passing* ini biasa digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun dari kawan seregu, yang memiliki ciri sulit, misalnya bola rendah, cepat, keras atau yang datang tiba-tiba, namun *smash* dapat dijangkau oleh kedua tangan. Kadang kala *passing* bawah digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti *passing* dan umpan.

Adapun teknik *passing* bawah adalah sebagai berikut:

### 1. Sikap Permulaan

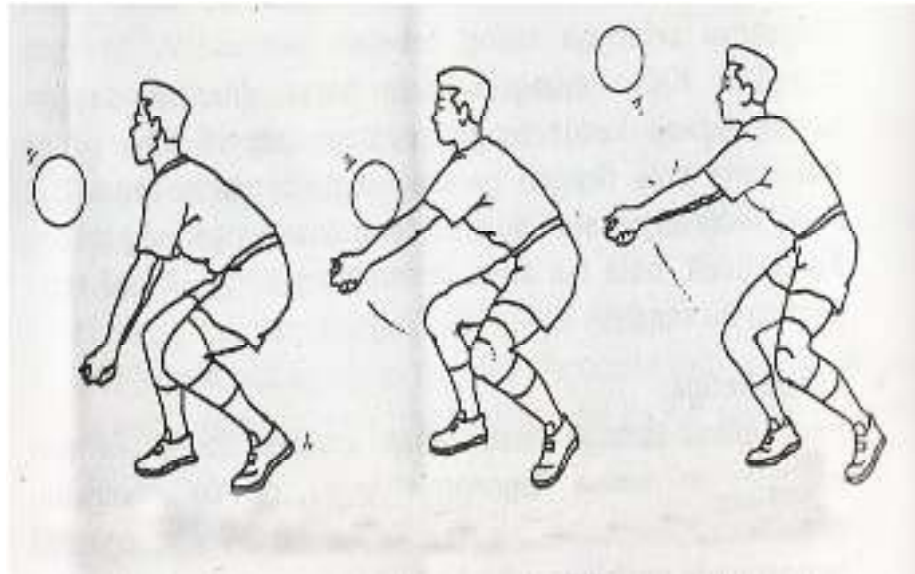
- a. Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
- b. Genggam jemari tangan
- c. Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
- d. Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah
- e. Bentuk landaasa dengan lengan
- f. Sikut terkunci
- g. Lengan sejajar dengan paha
- h. Pinggang lurus
- i. Pandangan ke arah bola.



Gambar 2.1 : Sikap tangan memukul pada saat *passing* bawah  
Sumber : Yunus, 1992:83

### 2. Sikap saat perkenaan

- a. Terima bola di depan badan
- b. Kaki sedikit di ulurkan
- c. Berat badan di alihkan kedepan
- d. Pukulan bola jauh dari badan
- e. Pinggul bergerak ke depan
- f. Perhatikan bola saat menyentuh lengan, perkenaan pada lengan bagian dalam permukaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku



Gambar 2. 2 : Saat perkenaan bola *passing* bawah  
Sumber :Yunus, 1992 : 83

### 3. Gerakan lanjutan

Setelah bola berhasil di *passing* bawah maka segera diikuti pengambilan sikap siap normal kembali dengan tujuan agar dapat bergerak lebih cepat untuk menyesuaikan diri dengan keadaan.

- a. Jari tangan tetap digenggam
- b. Sikut tetap terkunci
- c. Landasan mengikuti bola ke sasaran
- d. Pindahkan berat badan ke arah sasaran
- e. Perhatikan bola bergerak ke sasaran



Gambar 2.3. Gerakan *passing* bawah  
Sumber : M.Yunus, 2000 : 83

Demikian teknik terima *passing* bawah pada umumnya. Sebenarnya penggunaan tehnik terima *passing* bawah ini pada prakteknya ada 3 macam kategori. Ahmad Idrus (2000:97) ada 3 kategori sebagai berikut:

- 1) Bila bola jatuhnya setinggi bahu si penerima, maka penggunaan teknik terima *passing* bawah adalah sebagai berikut: pertama-tama penerima harus mengambil posisi sedemikian rupa (misalnya dengan mengadakan langkah surut) sehingga bola akan berjarak sejangkauan lengan surut, sehingga bola akan berjarak sejangkauan lengan si penerima. Saat perkenaannya seperti yang pernah diuraikan yang terdahulu, hanya disini agar pada saat lengan diayunkan dari bawah keatas dengan cara meluruskan lutut dan badan dalam keadaan tegak. Gerak demikian ini sebenarnya bertitik tolak pada usaha agar pantulan bola pada saat mengenai bagian *proximal* dari pergelangan itu dapat memantul  $90^0$ .
- 2) Bila bola jatuh diantara bahu dan panggul. Secara ideal penerimaan bola dengan teknik terima *passing* bawah sebenarnya pelaku memang harus dapat menempatkan diri pada posisi sedemikian rupa sehingga bola tepat berada didepannya dan dengan ketinggian antara bahu dan panggul. Sebab pada posisi yang demikian ini relatif akan dibutuhkan koordinasi badan yang lebih sederhana dari pada bola jatuh pada ketinggian yang lain. Dengan demikian, stabilnya bola akan lebih terjamin dan lebih terarah. Dengan keadaan seperti tersebut diatas maka untuk melaksanakan teknik terima *passing* bawah cukup hanya mengayunkan lengan dari bawah ke atas depan saja.
- 3) Bila bola jadi jatuh setinggi panggul kebawah. Biasanya menerima bola dalam keadaan demikian itu perlu diadakan langkah kedepan sebelum mengenakan bagian *proximal* dari pergelangan tangan kepada bola. Setelah melangkah kedepan segera diikuti ayunan lengan dari bawah keatas depan dalam keadaan lurus dan difikir, maka pada saat *proximal* dari pada pergelangan tangan mengenai

bola bersamaan dengan itu diikuti penurunan panggul kebawah. Gerakan ini merupakan gerakan mengungkit. Jadi bola diungkit keatas dengan jalan ayunan lengan dan ditambah penurunan panggul. Maksud dari gerakan ini tidak lain agar bola dapat dipantulkan keatas dengan sudut pantul  $90^0$ .

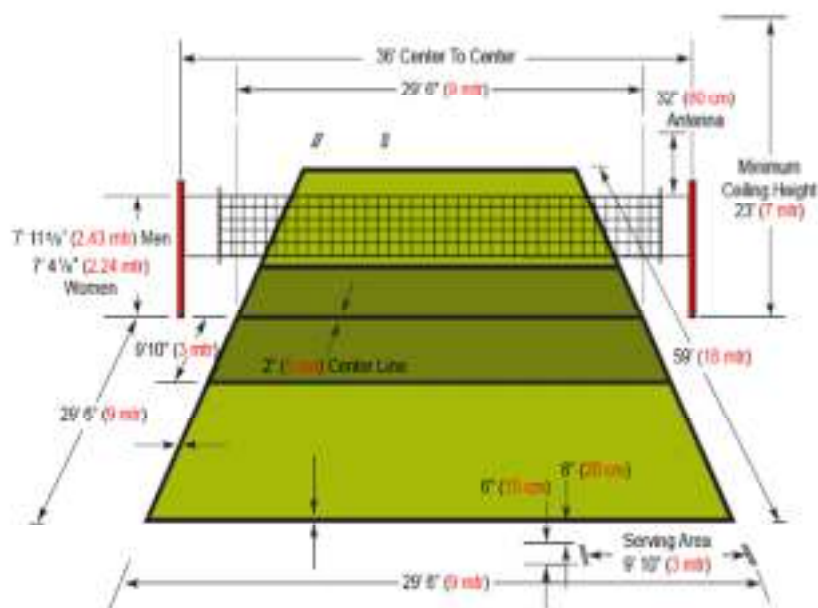
Berkaitan dengan pembinaan bola volly memainkan bola dengan teknik *passing* bawah ini ada kalanya harus dilakukan dengan satu tangan, yang mana posisi bola tidak memungkinkan untuk di *passing* dengan dua tangan. Bola jatuh jauh dari pemain baik disamping atau didepan. Adapun kesalahan yang sering ditemukan dilapangan yang biasa terjadi dalam permainan volly siku tertekuk, perkenaan bola terlalu (lebih tinggi dari perkenaan normal). Bola akan terpantul vertikan atau justru kebelakang atas. Sudut datang arah bola terhadap lengan tidak lurus sehingga pantulan tidak sempurna. Gerakan ayunan terlalu kuat. Lengan tidak lurus dan tidak memegang kuat. Sehingga saat pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah pada siswa tidak sesuai dengan yang diharapkan.

#### **d. Sarana dan prasaran bola volly**

Dalam permainan bola volly tentunya memiliki sarana dan prasarana yang harus digunakan untuk permainan tersebut, diantaranya meliputi:

##### **a. Lapangan**

- 1) Lapangan permainan bola volly berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Lapangan dikelilingi oleh daerah bebas selebar 3 meter dengan suatu penghalang setinggi 7 meter dari permukaan lapangan permainan.
- 2) Untuk kompetensi internasional yang resmi, daerah bebas itu harus berukuran minimal 5 meter dari garis samping dan 8 meter dari garis akhir. Penghalang ruang bebas harus berukuran minimal setinggi 12,50 meter dari permukaan lapangan permainan.



Gambar : 2.4 Lapangan bola voli  
 Sumber : Barbara L. Viera ,2004 : 5

### 3) Garis batas lapangan

- a) Dua garis samping dan dua garis akhir menandai batas-batas lapangan permainan. Baik garis samping maupun garis akhir termasuk kedalam ukuran lapangan permainan.
- b) Garis tengah (poros) membagi lapangan permainan menjadi dua petak lapangan yang masing-masing berukuran 9 x 9 meter. Garis ini terentang di bawah net dari garis samping ke garis samping lainnya.
- c) Semua garis lapangan lebarnya 5 cm, harus berwarna terang, dan berbeda warna dari warna lantai.

### 4) Daerah lapangan permainan

#### a) Daerah depan

Daerah depan pada setiap petak lapangan dibatasi oleh poros (garis tengah) dan garis serang yang berjarak 3 meter.

b) Daerah *servis*

Daerah *servis* lebarnya 9 meter dan berada di belakang garis akhir. Sisi-sisinya dibatasi oleh dua garis pendek, masing-masingnya 15.

c) Daerah pergantian

Daerah pergantian adalah perpanjangan dari kedua garis serang di dekat meja pencatat.

d) Daerah pemanasan

Untuk kompetisi yang dilaksanakan FIVB, daerah pemanasan berukuran 3 x 3 meter. Tempatnya adalah di sudut samping bangku cadangan di luar daerah bebas.

b. *Net*

- 1) Lebar *net* 1 meter dan panjangnya 9,50 meter dipasang secara vertikal di atas garis tengah (poros tengah) lapangan.
- 2) Mata jali dari *net* berukuran 10 cm persegi dan berwarna hitam.
- 3) Pada tepian atas *net* diberi pita horizontal selebar 5 cm, pita tersebut terbuat dari kanvas putih yang dilipat dua dan dijahitkan sepanjang tepian atas *net*.
- 4) Di dalam pita tersebut terdapat seutas tali baja yang kuat untuk mengikatkan dan menegangkan bagian atas *net* ke tiang.
- 5) Di tepi bawah *net* (tanpa pita horizontal) terdapat seutas tali. Tali tersebut dimasukan ke mata-mata jala untuk mengikatkan dan menegangkan bagian bawah *net* ke tiang.
- 6) Pita samping, dua buah pita putih dengan lebar 5 cm dan panjang 1 meter dipasang pada setiap sisi *net*. Pita tersebut tegak lurus pada titik potong garis samping dengan garis

tengah. Kedua pita di samping itu dianggap sebagai bagian dari *net*.

c. Antena

- 1) Antena ialah tongkat yang lentur dengan panjang 1,80 meter dan diameter 10 mm.
- 2) Antena terbuat dari fiber glass atau bahan sejenisnya.
- 3) Dua antena masing-masing dipasang pada sisi luar setiap pita samping. Tepat diatas perpotongan garis samping dan garis tengah.
- 4) Antena dianggap sebagai bagian dari net dan batas-batas samping ruang lintasan bola. Tinggi setiap antena di atas net adalah 80 cm, lebih baik warna merah dan putih.

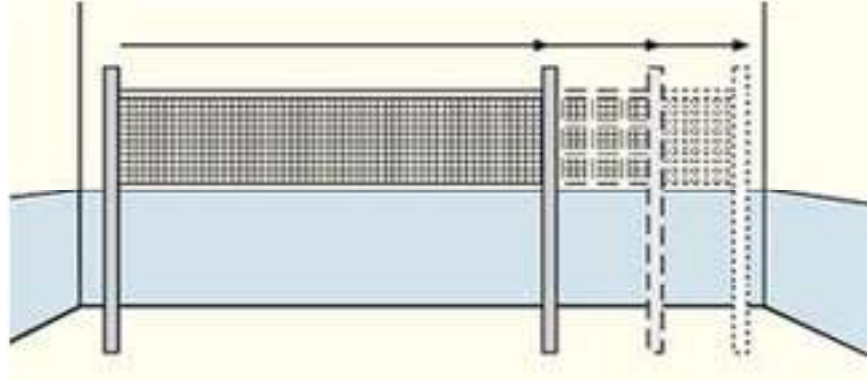
e) Tinggi net

- (1) Tinggi net untuk putra adalah 2,43 meter dan untuk putri 2,24 meter.
- (2) Tinggi net harus diukur dari tengah-tengah lapangan dengan tongkat pengukuran.
- (3) Kedua ujung net (di atas garis samping) harus mempunyai ketinggian yang sama dari permukaan lapangan dan tidak boleh lebih dari 2 cm di atas ketinggian net yang resmi.

f) Tiang net

- (1) Tiang pemancang net harus bulat dan licin dengan ketinggian 2,55 m, sebaiknya dapat diatur ketinggiannya.
- (2) Tiang harus didirikan secara kuat di lantai dengan jarak 0,50 – 1 meter dari setiap garis samping.
- (3) Dilarang mendirikan tiang di lantai dengan menggunakan tali penegak atau dengan cara lain yang dapat membahayakan.





Gambar 2.5 Net dan tiang net  
Sumber : Munssifah, 2008 : 8

d. Bola

1) Karakteristik/standar ketentuan bola

Bola terbuat dari kulit lunak dan lentur, atau bahan kulit sintesis dan sejenisnya. Penggunaan bahan sintesis, harus mendapat persetujuan/pengesahan dari FIVB. Beberapa ketentuan mengenai bola antara lain sebagai berikut:

- a) Warna : seragam dan terang
- b) Keliling : 165 – 167 cm
- c) Berat : 200 – 280 gram
- d) Tekanan udara : 0,30 – 0,325 kg/cm<sup>2</sup> atau 294,3 – 318,82 mbar



Gambar 2.6 : Bola Volly  
Sumber : Munasifah, 2008 : 9

2) Keseragaman bola

Keliling, berat, tekanan udara, tipe (bentuk), warna, dan sebagainya untuk semua bola yang dipergunakan dalam suatu pertandingan harus sesuai dengan ketentuan.

3) Sistem tiga bola

Dalam kompetisi internasional yang resmi dipergunakan tiga bola. Selain itu, harus ada enam penjaga bola, empat ditempatkan di setiap sudut daerah bebas dan dua orang di belakang para wasit.

## 2. Media Pembelajaran

Media pembelajaran menurut Hamalik 1986 ( dalam arsyad, 2014 : 19 ) mengemukakan bahwa pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap siswa. Berdasarkan dua pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan media pembelajaran dapat membangkitkan semangat peserta didik, dan minat tersebut adalah factor penting dalam menentukan hasil belajar siswa.

Kata Media berasal dari bahasa latin yang merupakan bentuk jamak dari "*medius*" yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Dalam bahasa Arab media adalah *wasail* atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Gerlach dan Ely (dalam Azhar Arsyad, 2002 :3), dalam konteks pembelajaran, mengatakan bahwa media jika difahami secara garis besarnya adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan atau sikap. Hamidjojo dalam Azhar Arsyad, (2002: 4), mengemukakan bahwa media juga diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat diindera yang berfungsi sebagai perantara/sarana/alat untuk memproses komunikasi (proses belajar mengajar). Sejalan dengan pendapat ini, Gagne dan Briggs dalam

Azhar Arsyad, (2002: 4) mengatakan bahwa media pembelajaran meliputi alat yang secara fisik digunakan untuk menyampaikan isi materi pengajaran, yang dapat terdiri dari buku, *tape recorder*, kaset, *video camera*, film, *slide*, foto, gambar, grafik, televisi dan computer. Pendapat lain tentang media juga dikemukakan oleh Rossi dan Breidle (dalam Sanjaya, 2006: 163) bahwa media pembelajaran adalah seluruh alat dan bahan yang dapat dipakai untuk mencapai tujuan pendidikan seperti radio, televisi, buku, koran, majalah, dan sebagainya.

### 3. Media *Audio* dan *Visual*

#### a. Pengetian Media *Audio Visual*

Kecanggihan teknologi saat ini, memungkinkan kita untuk berekspresi maupun menyajikan informasi tidak hanya dalam bentuk gambar melainkan audio visual. Gambar yang bergerak, sekaligus disertai musik dan suara. Menurut Yudhi Munandhi (2012: 56) media *audio visual* merupakan media yang melibatkan indera pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses. Menurut Syaiful Bahri dan Aswan (2002:141) media *audio visual* adalah sarana atau media yang utuh untuk mengkolaborasi bentuk-bentuk visual dengan *audio*.

#### b. Klasifikasi Media *Audio Visual*

Menurut Syaiful Bahri dan Aswan (2002: 141) media *audio visual* adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan lebih baik karena mencakup dua aspek media sekaligus. Adapun pembagian dari media *audio visual* terbagi menjadi 2 bagian yaitu:

- 1) *Audio visual* diam, yaitu media yang menampilkan suara dan gambar diam seperti film bingkai suara (*sound slides*), film rangkai suara, cetak suara.
- 2) *Audio visual* gerak, yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar yang bergerak seperti film suara dan *video-cassette*.

Adapun pembagian yang lain dari media *audio visual* ini adalah sebagai berikut:

- 1) *Audio visual* murni yaitu baik unsur suara maupun unsur gambar berasal dari satu sumber seperti film *video-cassette*.
- 2) *Audio visual* tidak murni yaitu unsur suara dan unsur gambar berasal dari sumber yang berbeda, misalnya film bingkai suara yang unsur gambarnya berasal dari slides proyektor dan unsur suaranya bersumber dari *tape recorder*.

c. Manfaat Media *Audio Visual*

Media *audio visual* ini bisa dipergunakan untuk membantu penjelasan guru sebagai peneguh, sebagai pengantar, atau sebagai sarana yang dialami. Media ini tidak hanya dikembangkan melalui bentuk film saja, tetapi dapat dikembangkan melalui sarana komputer dengan teknik *powerpoint* dan *flash player*, hal ini perlu keterampilan dan sarana yang khusus.

Penggunaan media *audio visual* dirasa penting dalam memfasilitasi supaya dapat menerima pelajaran yang disampaikan. Hal ini dibutuhkan mengingat guru tidak selalu berperan sebagai pemateri. Jikalau penyajian pemateri sudah dapat digantikan oleh media, maka peran guru beralih sebagai fasilitator yaitu memberikan kemudahan bagi siswa untuk belajar (Prihatono, 2006 : 4). Sebagai contoh, seorang guru menyampaikan materi tentang teknik dasar *passing* atas bola volly dengan menggunakan media *audio visual* kepada siswa, selanjutnya pasca pemberian materi tersebut guru memberikan praktek di lapangan agar nantinya siswa dapat berpartisipasi aktif serta mampu dengan mudah dalam menyerap materi yang disampaikan oleh guru. Dengan demikian, penggunaan bantuan media *audio visual* diharapkan dapat memberikan kemudahan bagi siswa untuk memahami teknik dasar *passing* atas bola volly yang selanjutnya dapat dipraktikkan di lapangan sehingga respon siswa terhadap gerakan-gerakan yang diajarkan pada materi ini dapat terealisasi dengan baik dan benar.

d. Prinsip Utama Pengembangan Media

Dalam mengaplikasikan media *audio visual* ada hal-hal yang harus dipersiapkan misalnya: guru harus tau cara pengoprasian media tersebut, guru harus terlebih dahulu tau konteks alat bantu yang akan digunakan, dan yang pasti harus sesuai dengan indikator pencapaian berikut akan dijelaskan sasaran-sasaran untuk menggunakan media *audio visual* dalam pembelajaran agar dapat berfungsi secara optimal.

- 1) Bahan yang disajikan harus mengarah langsung pada masalah yang dibicarakan oleh kelompok, dalam artian harus terarah.
  - 2) Bahan hanya disajikan pada waktu yang tepat sehingga tidak menyebabkan terputusnya kelangsungan berfikir.
  - 3) Alat bantu sebaiknya mengajarkan sesuatu, tidak sekedar menanyakan sesuatu.
  - 4) Partisipasi pelajar sangat diharapkan dalam situasi ketika alat bantu *audio visual* digunakan.
  - 5) Rencana mutlak diperlukan untuk membuat bahan yang disajikan dengan alat bantu lebih efektif.
  - 6) Beberapa alat bantu sebaiknya digunakan.
  - 7) Alat bantu *audio visual* sebaiknya digunakan secara hati-hati dan disimpan dengan baik.
- e. Langkah - Langkah Penggunaan Media

Media pembelajaran *audio visual* memiliki langkah-langkah dalam penggunaannya seperti halnya media pembelajaran lainnya. Langkah-langkah pembelajaran menggunakan media *audio visual* adalah sebagai berikut

1) Persiapan

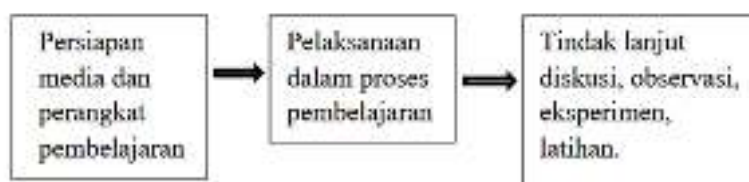
Kegiatan yang dilakukan oleh guru pada saat persiapan yaitu (1) membuat rencana pelaksanaan pembelajaran, (2) mempelajari buku petunjuk penggunaan media, (3) menyiapkan dan mengatur peralatan media yang akan digunakan.

2) Pelaksanaan/Penyajian

Pada saat melaksanakan pembelajaran menggunakan media audio visual, guru perlu mempertimbangkan seperti (1) Memastikan media dan semua peralatan telah lengkap dan siap digunakan, (2) menjelaskan tujuan yang akan dicapai, (3) menjelaskan materi pelajaran kepada siswa selama proses pembelajaran berlangsung, (4) menghindari kejadian-kejadian yang dapat mengganggu konsentrasi siswa.

### 3) Tindak lanjut

Aktivitas ini dilakukan untuk memantapkan pemahaman siswa tentang materi yang telah disampaikan menggunakan media audio visual. Disamping itu aktivitas ini bertujuan untuk mengukur efektivitas pembelajaran yang telah dilaksanakan. Kegiatan yang bisa dilakukan diantaranya diskusi, observasi, eksperimen, latihan dan tes adaptasi (Sumarno:2011).



Gambar 2.7 : Aktivitas dalam Tindak Lanjut

### f. Sintak Media Pembelajaran *Audio Visual*

Media pembelajaran *audio visual* ini menggambarkan ada tiga alasan utama dalam menggunakan media ini, yaitu:

- 1) Minat dan kegembiraan siswa dalam variasi pembelajaran yang mendominasi bentuk permainan yang digunakan sebagai motivator positif dan struktur tugas yang dominan.
- 2) Memperdayakan pengetahuan yang memungkinkan siswa untuk menjadi lebih baik, serta peningkatan pemahaman melalui media pembelajaran *audio visual*.
- 3) Siswa dapat mentransfer pemahaman dan keterampilan ketika menggunakan media pembelajaran *audio visual*.

Secara rinci, media pembelajaran *audio visual* dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 2.1 Langkah-Langkah media pembelajaran audio visual

Fase	Tingkah Laku Guru
Fase 1 Pendahuluan, Menyampaikan tujuan dan memotivasi siswa	Guru menyampaikan semua tujuan dalam pembelajaran yang ingin capai pada materi tersebut dan memberikan motivasi siswa sebelum masuk ke materi inti.
Fase 2 Menyampaikan materi pembelajaran	Guru menyampaikan materi pembelajaran yang akan dilakukan melalui beberapa sumber.
Fase 3 Mengorganisasikan siswa ke dalam kelompok	Guru menjelaskan kepada siswa bagaimana caranya penggunaan media pembelajaran audio visual dengan membentuk barisan didepan <i>infocus</i> yang disediakan.
Fase 4 Mengevaluasi	Guru mengevaluasi hasil belajar tentang media pembelajaran <i>audio visual</i> yang telah dipelajari.
Fase 5 Penutupan	Guru menutup pembelajaran dengan melakukan tanya jawab dan melakukan pendinginan

## B. Penelitian Relevan

Peneliti yang relevan sangat diperlukan untuk mendukung kerangka berpikir, sehingga dapat dijadikan sebagai patokan dalam pengajuan hipotesis penelitian. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Stephani Yane, dan Amalia Putri. Dengan judul “Peningkatan Pembelajaran *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Metode *Learning Together*”. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan dalam pembelajaran. Hal ini dapat dibuktikan dari peningkatan pembelajaran terjadi pra siklus hanya 38,71% atau 12 siswa yang tuntas dengan rata-rata 63,06, pada siklus I sebesar 58,06% atau 18 siswa dengan rata-rata 70,70, dan siklus II meningkat menjadi 93,55 % atau 29 siswa dengan rata-rata 78,54. Berdasarkan pengolahan data dapat disimpulkan adanya peningkatan pembelajaran *passing* bawah bola voli setelah diberikan penerapan metode *learning together*.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Iskandar dan Yulianingsih. Dengan judul “Peningkatan Keterampilan *Passing* Atas dalam Permainan Bola voli Melalui Metode Bermain Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Ambawang Kabupaten Kubu Raya”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hasil keterampilan *passing* atas meningkat setelah dilakukan tindakan yang berupa metode bermain. Hasil data penelitian diperoleh bahwa: penerapan metode bermain dalam proses pembelajaran *passing* atas bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya.hal ini terlihat dari peningkatan keterampilan *passing* atas bola voli siswa dari siklus I dan siklus II sebesar 19,23%. Person positif mengalami peneingkatan yang cukup signifikan. Hal ini tergambar dari kenaikan nilai tes *passing* atas bola voli siswa sebesar 36% dari siklus I dan siklus II. Terdapat peningkatan keterampilan *passing* atas dalam permainan bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Sungai Ambawang.

### C. Hipotesis Tindakan

Hipotesis sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Sukardi (2013:41) mengatakan hipotesis merupakan jawaban yang masih bersifat sementara dan bersifat teoritis, hipotesis dikatakan sementara karena

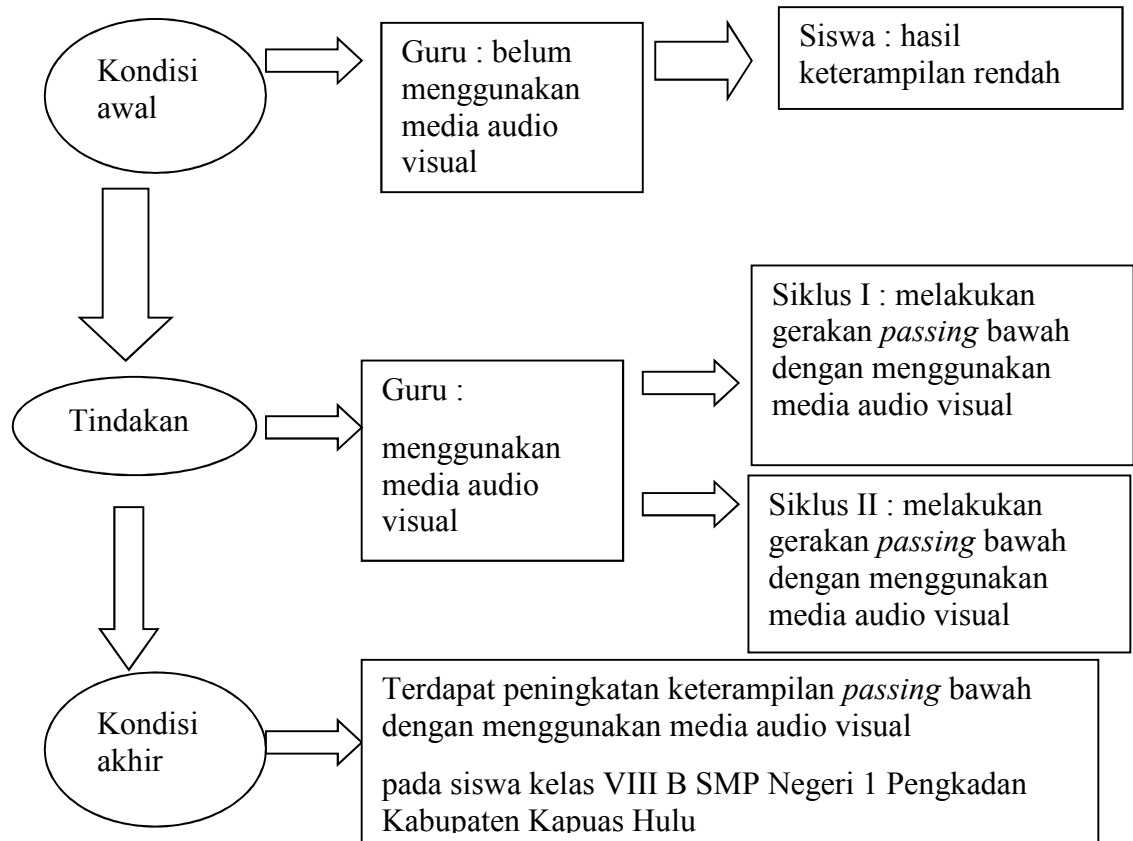


kebenarannya masih perlu diuji atau dites kebenarannya dengan data yang asalnya dari lapangan. Sugiyono (2017:284) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang diajukan, maka titik tolak untuk merumuskan hipotesis adalah rumusan masalah dan kerangka berfikir. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara yang masih dangkal, yang harus di uji kebenarannya melalui pemecahan masalah. Berdasarkan tujuan penelitian, maka hipotesis penelitiannya terdapat peningkatan keterampilan *passing* bawah bola volley dengan menggunakan media audio visual pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 1 Pengkadan Kabupaten Kapuas Hulu.

#### **D. Kerangka Berfikir**

Kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang disusun dari teori yang telah dideskripsikan. Uma Sekaran ( Sugiyono, 2016:93) mengemukakan bahwa kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Sedangkan menurut Suriasumantri (Sugiyono, 2016:94) mengatakan kerangka pemikiran ini merupakan penjelasan sementara terhadap gejala-gejala yang menjadi objek permasalahan. Jadi dengan demikian kerangka berfikir adalah sebuah pemahaman yang melandasi pemahaman-pemahaman yang lain, sebuah pemahaman yang paling mendasar dan menjadi pondasi bagi setiap pemikiran.

Berdasarkan penjelasan tersebut selanjutnya dapat disusun kerangka berfikir yang menghasilkan suatu hipotesis. Dimana kerangka berfikir mempunyai arti suatu konsep pola pemikiran dalam rangka memberikan jawaban sementara terhadap permasalahan yang diteliti. Adapun kerangka berfikir tersebut sebagai berikut:



Gambar 2.8 Kerangka Berfikir