

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan salah satu komponen utama dalam sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan kebugaran fisik, keterampilan motorik, dan nilai-nilai sosial seperti kerja sama dan sportivitas. Menurut definisi umum, pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai alat utama untuk mencapai tujuan pendidikan secara keseluruhan. Aktivitas fisik yang dimaksud meliputi berbagai jenis olahraga dan latihan fisik yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan peserta didik. Namun, pendidikan jasmani tidak hanya terbatas pada aspek fisik saja; aspek mental dan sosial juga menjadi bagian integral dalam pembelajaran ini. (Dr. Ashar, S.Or., S.Pd. & Dr. Marhani, S.Pd., 2025).

Melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), siswa tidak hanya dituntut untuk memahami teori, tetapi juga mampu menguasai berbagai keterampilan gerak dasar yang menjadi fondasi dalam aktivitas olahraga. Salah satu materi yang diajarkan di sekolah dasar adalah permainan bola voli, yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan koordinasi, kekuatan, serta keterampilan teknik dasar siswa. Pentingnya penguasaan keterampilan dasar dalam permainan bola voli sangat

berpengaruh terhadap perkembangan motorik dan kesehatan jasmani siswa, sehingga metode pembelajaran yang tepat sangat diperlukan (Arifin, 2023).

Penguasaan teknik ini tidak hanya meningkatkan kemampuan individu, tetapi juga berkontribusi pada keberhasilan tim dalam mencapai prestasi yang lebih baik dalam kompetisi bola voli. Selain itu, pelatih perlu memberikan perhatian khusus pada metode pembinaan yang sistematis untuk memastikan siswa memahami teknik dasar secara maksimal. Pentingnya pembinaan yang efektif dalam teknik dasar, seperti servis atas, dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dan kinerja tim secara keseluruhan. Dengan penguasaan yang baik terhadap teknik dasar, siswa tidak hanya akan lebih percaya diri, tetapi juga mampu berkontribusi lebih signifikan dalam permainan tim, meningkatkan peluang untuk meraih kemenangan.

Berdasarkan hasil pra observasi yang dilakukan oleh peneliti di kelas VI SD Negeri 07 Nanga Ora, diperoleh informasi bahwa kemampuan siswa dalam melakukan servis atas pada permainan bola voli masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari sebagian besar siswa yang belum mampu melakukan teknik servis atas dengan benar. Dari hasil pengamatan, diketahui bahwa dari jumlah keseluruhan siswa, hanya sekitar 30% siswa yang mampu melakukan servis atas dengan baik dan benar, sedangkan sekitar 70% siswa lainnya masih mengalami kesulitan. Kesulitan yang dialami siswa antara lain kurangnya kekuatan dalam memukul bola, koordinasi gerakan yang belum maksimal, serta ketidakmampuan mengarahkan bola agar melewati net.

penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan servis atas siswa melalui metode pembelajaran yang lebih efektif dan menarik. Dengan mengimplementasikan metode pembelajaran yang inovatif, diharapkan siswa dapat lebih memahami dan menguasai teknik servis atas dalam permainan bola voli. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa dalam teknik servis atas bola voli, serta memberikan wawasan baru bagi para pendidik. Hasil penelitian ini diharapkan sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa modifikasi aturan dan ukuran lapangan dapat meningkatkan hasil belajar servis atas bola voli (Suandi, et al., 2023).

Penerapan metode pembelajaran yang lebih interaktif, seperti bermain, dapat meningkatkan semangat belajar dan partisipasi siswa dalam kelas, penerapan metode ini tidak hanya membuat siswa lebih aktif, tetapi juga dapat meningkatkan kreativitas dan motivasi mereka untuk belajar. Dengan demikian, penerapan metode pembelajaran yang melibatkan permainan terbukti efektif dalam mengatasi masalah keaktifan dan semangat belajar siswa. Penting untuk terus mengeksplorasi berbagai metode pembelajaran yang inovatif agar siswa dapat belajar dengan lebih menyenangkan dan efektif, serta mencapai hasil yang optimal. Dengan menggunakan pendekatan bermain, siswa dapat lebih terlibat dalam proses belajar, yang pada gilirannya meningkatkan partisipasi dan antusiasme mereka dalam pembelajaran.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah yang akan menjadi fokus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri 07 Nanga Ora sebelum diterapkan metode *modified games*?
2. Bagaimana kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri 07 Nanga Ora setelah diterapkan metode *modified games*?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan metode *modified games* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri 07 Nanga Ora Tahun Ajaran 2025/2026?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah :

- 1) Mengetahui kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri 07 Nanga Ora sebelum diterapkan metode *modified games*.
- 2) Mengetahui kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri 07 Nanga Ora setelah diterapkan metode *modified games*.

- 3) Mengetahui pengaruh metode *modified games* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri 07 Nanga Ora.

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti serta memberikan informasi bagi pendidik. Adapun manfaatnya yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh metode *modified games* terhadap kemampuan servis atas dalam bola voli.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis ini dapat dirasakan oleh beberapa pihak secara langsung sebagai berikut:

a. Bagi Peneliti

penelitian ini dapat menjadi referensi empiris dan landasan awal untuk mengkaji metode *modified games* pada keterampilan olahraga lain atau jenjang pendidikan yang berbeda.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam memilih dan menerapkan metode pembelajaran yang lebih variatif, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik siswa kelas VI, khususnya dalam pembelajaran servis atas bola voli.

c. Bagi Siswa

Penerapan metode *modified games* diharapkan dapat meningkatkan kemampuan servis atas secara bertahap melalui aktivitas bermain, sekaligus menumbuhkan minat, motivasi, dan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

d. Bagi Sekolah

Temuan penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK serta mendukung penerapan pembelajaran yang inovatif dan berpusat pada siswa.

E. Variabel Penelitian

Penjabaran dari variabel dalam penelitian ini terdiri dari variable bebas (X) dan variabel terikat (Y).

1. Variabel : X Metode *Modified Games*

Metode *modified games* merupakan metode pembelajaran pendidikan jasmani yang menerapkan modifikasi pada unsur permainan bola voli seperti aturan permainan dan ukuran lapangan, sehingga pembelajaran menjadi lebih sederhana, menarik, dan sesuai dengan kemampuan siswa sekolah dasar.

2. Variabel Y : Kemampuan Servis Atas dalam Bola Voli

Kemampuan servis atas bola voli adalah kemampuan siswa dalam melakukan teknik servis atas secara tepat dan efektif yang diukur melalui

ketepatan arah servis, kekuatan pukulan, koordinasi gerakan dan keberhasilan bola melewati net menuju area lapangan lawan.

F. Definisi Operasional

Definisi istilah dalam penelitian ini merupakan penjelasan secara singkat atau istilah-istilah yang terkait dengan judul.

1. Metode *Modified Games*

Metode *modified games* adalah pendekatan pembelajaran atau latihan yang dilakukan dengan cara mengubah atau menyesuaikan komponen fisik maupun aturan dalam permainan untuk memenuhi kebutuhan dan karakteristik siswa (Faiq & Pramono, 2021). Dalam penelitian ini, modifikasi difokuskan pada: Modifikasi lapangan penyesuaian besar lapangan (lebih kecil dari standar) dan jarak garis servis yang lebih dekat ke net agar sesuai dengan kekuatan fisik siswa SD. Modifikasi aturan penyederhanaan aturan main untuk meningkatkan partisipasi dan kegembiraan siswa dalam melakukan teknik servis atas, pada permainan ini jumlah pemain dimodifikasi setiap tim terdiri dari 4 orang pemain, jumlah pemain dikurangi dari aturan asli untuk memberikan lebih banyak kesempatan bergerak dan berpartisipasi kepada setiap siswa.

2. Kemampuan Servis Atas

Kemampuan servis atas adalah keterampilan siswa dalam melakukan pukulan pertama untuk memulai permainan bola voli dengan

cara memukul bola di atas kepala menggunakan telapak tangan agar bola melewati net dan jatuh di area lapangan lawan (Hazinah & Hazinah, 2017; Jaya et al., 2019). Teknik ini diukur berdasarkan aspek-aspek berikut: Sikap awal posisi kaki, badan, dan lambungkan bola sebelum dipukul. Perkenaan bola, ketepatan telapak tangan saat memukul bola. Hasil servis, keberhasilan bola melewati net dan ketepatan bola mendarat di dalam batas lapangan lawan untuk memperoleh poin atau memulai serangan.

3. Bola Voli

Bola voli adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim di dalam lapangan yang dipisahkan oleh net. Tujuan utama permainan ini adalah menjatuhkan bola di dalam area lapangan lawan sebanyak mungkin. Setiap tim berlomba untuk mendapatkan 25 poin terlebih dahulu untuk memenangkan set. Dalam permainan ini, bola divoli atau dipantulkan di udara melewati net, dengan setiap tim diizinkan menyentuh bola maksimal tiga kali sebelum harus menyeberangkannya ke sisi lawan. Teknik dasar dalam bola voli meliputi servis (atas dan bawah), passing (bawah dan atas), smash (pukulan serang), dan block (bendungan). Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan faktor penting dalam menentukan tinggi rendahnya prestasi seorang pemain dan tim.