

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Metode *Modified Games*

Metode *modified games* atau modifikasi permainan adalah suatu proses mengubah atau menyesuaikan elemen-elemen dalam permainan (seperti aturan permainan dan ukuran lapangan) untuk mencapai tujuan pembelajaran yang efisien dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Modifikasi permainan dalam pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan untuk menyesuaikan permainan dengan kondisi sekolah, tetapi juga untuk memastikan tercapainya tujuan pembelajaran secara optimal. Melalui modifikasi yang tepat, permainan dapat dirancang agar lebih aman, inklusif, dan sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik, baik pada tingkat anak usia dini maupun sekolah dasar. Berdasarkan penjelasan tersebut, pengaruh dan penerapan modifikasi permainan aturan dan ukuran lapangan dalam pembelajaran PJOK menjadi hal yang penting untuk dikaji dan diterapkan secara sistematis. Oleh karena itu, buku ini disusun sebagai upaya untuk memberikan panduan konseptual dan praktis bagi pendidik, khususnya guru PJOK di jenjang anak usia dini dan sekolah dasar, dalam merancang dan mengimplementasikan pembelajaran PJOK yang inovatif, efektif, dan sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik peserta didik. (Arifin Mado, 2026)

Dalam pendidikan jasmani khususnya sekolah dasar modifikasi sangat di butuhkan dalam sebuah proses pembelajaran salah satunya

modifikasi aturan melalui permainan, karena pembelajaran melalui permainan merupakan hal yang paling disukai dari anak sekolah dasar. Tujuan modifikasi dalam penjas meningkatkan motivasi, minat, dan partisipasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan tidak membosankan atau menyesuaikan dengan keterbatasan sarana dan prasarana sekolah, juga mempermudah siswa dalam menguasai keterampilan gerak dasar olahraga tertentu.

Bentuk modifikasi dapat dilakukan pada aspek lingkungan (lapangan), anak-anak akan lebih efektif dan cepat memahami prosedur dasar bola voli daripada orang dewasa. Pertandingan bola voli yang lebih kecil dari yang diharapkan adalah permainan yang dimainkan oleh anak-anak, setiap kelompok atau tim terdiri dari 4 orang pemain menggunakan lapangan kecil dan aturan permainan yang sudah diatur. Dalam mempersiapkan bola voli kecil, prosedur dasar benar-benar harus disiapkan. Strategi fundamental ini terkait erat dengan kapasitas pengembangan, keadaan, strategi, dan pola pikir.

Strategi dasar bola voli skala kecil harus dikuasai terlebih dahulu, persiapan khusus yang mendasar harus dilakukan selangkah demi selangkah. Salah satu metode dasar dalam permainan bola voli skala bawah adalah strategi servis dasar dan sangat penting diberikan, karena merupakan salah satu variabel penentu keberhasilan permainan bola voli kecil. Dalam mempersiapkan bola voli skala kecil, latihan servis atas diselesaikan secara berurutan.

Usaha penguasaan teknik dasar pada anak-anak sedini mungkin ini disebabkan anak lebih mudah menyerap dibandingkan orang dewasa. Karena itu dalam rangka pembinaan untuk mencari pemain masa depan, olahraga bola voli mini dimasukkan dalam kurikulum Sekolah Dasar yang merupakan salah satu dari sekian cabang olahraga permainan yang dilaksanakan di sekolah-sekolah dasar.

a. Prinsip Metode *Modified Games*

1. Prinsip inti dari metode *modified games* adalah bahwa permainan harus disesuaikan dengan karakteristik dan kemampuan perkembangan fisik serta mental anak-anak, bukan sebaliknya. Ini berarti mengakui bahwa anak-anak bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil dan kematangan mereka belum sempurna. Penyesuaian ini sejalan dengan prinsip. Modifikasi permainan berorientasi pada proses pembelajaran dan dampak pedagogis, bukan hanya hasil akhir dari permainan.
2. Prinsip metode permainan yang modifikasi juga mempengaruhi perkembangan fisik, seperti otot-otot penunjang tubuh berkembang lebih pesat dibandingkan usia sebelumnya, dan reaksi gerak mereka terhadap olahraga kompetitif mulai meningkat. Kebutuhan belajar siswa usia ini sangat menyukai pembelajaran melalui permainan (*learning through games*) (Faiq & Pramono, 2021). Oleh karena itu, pendekatan bermain atau modifikasi permainan sangat efektif untuk memfasilitasi kebutuhan gerak mereka di tingkat sekolah dasar,

pembelajaran melalui modifikasi terbukti dapat meningkatkan kemampuan psikomotor (keterampilan) siswa secara signifikan dibandingkan metode konvensional yang cenderung monoton

3. Tujuannya adalah untuk meningkatkan minat dan partisipasi siswa, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk bergerak dengan benar. Untuk mencapai tujuan di atas, berbagai aspek permainan dapat dimodifikasi. Elemen-elemen yang umum diubah meliputi :

- a) Aturan permainan, ukuran lapangan, jumlah pemain, atau target sasaran servis, mengurangi dimensi lapangan agar sesuai dengan jangkauan gerak anak.
- b) Waktu bermain atau durasi permainan, menyesuaikan durasi agar tidak melelahkan anak.
- c) Peraturan permainan, menyederhanakan aturan agar mudah dipahami dan diikuti.
- d) Jumlah pemain, mengurangi jumlah pemain dalam satu tim untuk meningkatkan keterlibatan individu.
- e) Tujuan permainan, memecah tujuan besar menjadi tujuan yang lebih spesifik (ekstensi, peningkatan, implementasi).

Metode ini menekankan pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, menarik, dan tidak membosankan untuk memotivasi siswa. Dengan modifikasi, anak-anak dapat lebih mudah menguasai teknik dasar dan memiliki pengalaman sukses tanpa rasa bosan atau jenuh. Dalam

modified games digunakan untuk membantu siswa memahami filosofi, aturan, dan taktik permainan. Ini berarti siswa belajar untuk memahami "apa yang harus dilakukan" (pemahaman taktis) sebelum atau bersamaan dengan "bagaimana melakukannya" (keterampilan teknis). Keterampilan teknis dipraktikkan dalam konteks permainan yang disederhanakan dan dimodifikasi.

Modifikasi permainan dirancang untuk memberikan kesempatan yang sama bagi semua anak untuk berpartisipasi dan belajar. Ini bertujuan agar permainan tidak hanya didominasi oleh anak-anak yang lebih terampil, sehingga mendorong inklusi. Metode ini mengakui hubungan intrinsik antara kognitif (pemikiran) dan kinerja (gerakan). Ini mendorong siswa untuk bereksperimen, menjelajahi, dan menemukan keterampilan yang diperlukan secara mandiri, bukan hanya menerima instruksi terperinci. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ini, metode *modified games* berupaya menciptakan pengalaman belajar yang holistik, di mana anak-anak tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik tetapi juga pemahaman taktis, motivasi, dan kecintaan terhadap aktivitas fisik.

b. Langkah-Langkah Metode Modified Games

Adapun langkah-langkah model pembelajaran berbasis modifikasi yaitu:

- 1) Persiapan dimulai dengan menyiapkan lapangan dan peralatan bola voli, net, tanda area. Menjelaskan tujuan pembelajaran servis atas.

Melakukan pemanasan dengan permainan sederhana lempar tangkap bola.

- 2) Pengenalan teknik menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik dasar servis atas. Siswa mengamati dan mencoba secara perlahan. Memberi koreksi awal pada gerakan siswa.
- 3) Modifikasi permainan, pada tahap ini inti dari *modified games* adalah modifikasi aturan, servis boleh dilakukan dari jarak lebih dekat dan siswa bermain dalam kelompok kecil (3–5 orang). Modifikasi ukuran lapangan, lapangan diperkecil agar siswa lebih mudah mengontrol bola.
- 4) Latihan terarah siswa melakukan latihan servis atas secara berulang. Guru memberikan umpan balik (feedback). Diberikan target 5 servis masuk berturut-turut.
- 5) Mengevaluasi, guru mengamati kemampuan siswa, penilaian dilakukan berdasarkan: Teknik gerakan, ketepatan servis dan konsistensi. Guru dan siswa melakukan pendinginan (*cooling down*). Refleksi pada akhir pembelajaran. Proses refleksi dapat dilakukan secara individu maupun kelompok.

c. Kelebihan dan Kekurangan Metode *Modified Games*

Kelebihan metode *modified games* :

- a) Meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa, permainan yang dimodifikasi dirancang untuk menjadi menyenangkan dan

interaktif, yang secara signifikan dapat meningkatkan motivasi dan kepuasan siswa dalam belajar.

- b) Memastikan sifat kompetitif dan kooperatif intrinsik di antara pemain, membuat proses belajar lebih menarik.
- c) Siswa mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan, memfasilitasi pemahaman dan penerapan materi pembelajaran.
- d) Metode *modified games* juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara bertahap sesuai dengan tingkat kemampuan mereka.
- e) Dengan adanya penyesuaian pada aturan permainan, ukuran lapangan, atau bentuk aktivitas, siswa dapat lebih mudah memahami gerakan yang dipelajari tanpa merasa terbebani oleh tingkat kesulitan yang terlalu tinggi.

Modified games juga memiliki beberapa keterbatasan yaitu:

- 1. Metode *modified games* menuntut tingkat kreativitas dan inovasi yang tinggi dari guru dalam merancang bentuk permainan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran.
- 2. Pelaksanaan pembelajaran berbasis permainan cenderung menimbulkan suasana yang lebih bebas dan aktif, sehingga berpotensi menyebabkan kurangnya kontrol terhadap siswa.
- 3. Dalam satu kelas terdapat variasi kemampuan siswa yang berbeda-beda.

4. Pelaksanaan metode *modified games* memerlukan sarana dan prasarana yang memadai, seperti lapangan dan alat bantu pembelajaran.
5. Penilaian dalam metode ini cenderung lebih kompleks karena melibatkan aspek keterampilan, partisipasi, dan kerja sama.
6. Karena berbasis permainan, terdapat kemungkinan siswa lebih fokus pada aspek bermain daripada tujuan utama pembelajaran, yaitu penguasaan teknik (misalnya servis atas dalam bola voli).

d. Kesesuaian Metode *Modified Games*

Metode *modified games* dinilai sangat sesuai digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada siswa sekolah dasar. Hal ini karena pendekatan pembelajaran melalui permainan yang dimodifikasi dapat disesuaikan dengan karakteristik perkembangan fisik, kognitif, dan sosial peserta didik. Siswa sekolah dasar pada umumnya memiliki kecenderungan menyukai aktivitas yang bersifat bermain, sehingga pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan akan lebih mudah diterima oleh siswa. Penggunaan metode *modified games* memungkinkan guru untuk menyesuaikan tingkat kesulitan permainan dengan kemampuan siswa. Penyesuaian tersebut dapat dilakukan melalui perubahan pada aturan permainan, ukuran lapangan, maupun bentuk aktivitas yang dilakukan. Dengan adanya modifikasi tersebut, siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan lebih nyaman dan tidak merasa kesulitan dalam mempraktikkan keterampilan yang diajarkan.

Metode ini juga sesuai diterapkan dalam pembelajaran teknik dasar olahraga, termasuk dalam permainan bola voli. Melalui permainan yang telah dimodifikasi, siswa dapat berlatih berbagai teknik dasar secara lebih sederhana dan bertahap. Dalam penelitian ini, modifikasi yang dilakukan berupa perubahan pada aturan permainan dan ukuran lapangan sehingga siswa lebih mudah mempraktikkan teknik servis atas dalam situasi permainan yang menyerupai kondisi sebenarnya.

Hal ini menunjukkan bahwa teknik servis secara umum dapat diajarkan secara efektif melalui pendekatan modifikasi permainan. Sebuah studi juga mengemukakan pengembangan permainan modifikasi ("*Kasvol Games*") untuk meningkatkan minat siswa kelas VI SD terhadap permainan bola voli, termasuk keterampilan servis. Dengan mempertimbangkan manfaat luas dari *modified games* dalam pengembangan keterampilan motorik dan dasar-dasar bola voli pada anak usia sekolah dasar, serta adanya aplikasi modifikasi untuk servis (baik bawah maupun atas pada usia yang sedikit lebih tinggi), dapat disimpulkan bahwa metode *modified games* sangat relevan dan sesuai untuk meningkatkan kemampuan servis atas dalam bola voli pada siswa kelas VI Sekolah Dasar.

Metode ini akan membantu menyesuaikan kompleksitas teknik dengan tahap perkembangan siswa, menjadikannya lebih menyenangkan dan mudah dipelajari. Metode *modified games* dianggap relevan untuk digunakan dalam pembelajaran bola voli di sekolah dasar karena mampu

menciptakan proses belajar yang lebih efektif, menyenangkan, serta sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan peserta didik.

e. Kemampuan Servis Atas

Kemampuan servis atas dalam bola voli dapat diartikan sebagai salah satu teknik dasar servis di mana pemain memukul bola dengan ayunan tangan dari atas setelah bola dilambungkan ke atas (Sari & Guntur, 2017). Fungsi utama servis bukan hanya sebagai tanda dimulainya permainan, melainkan juga merupakan serangan pertama bagi tim yang melakukan servis, dengan tujuan untuk mendapatkan poin. Karakteristik servis atas yang efektif harus kuat, terarah, dan menyulitkan lawan untuk menerima. Bola yang dihasilkan dapat bergerak mengapung atau mengambang tanpa putaran, atau berputar ke arah dalam (topspin). Tingkat kesulitan meskipun beberapa sumber menyebutkan servis atas mudah dipelajari bagi pemula karena gerakannya lebih alami dan tidak membutuhkan tenaga yang terlalu besar, ada juga pandangan bahwa servis ini tergolong sulit dan memerlukan tenaga yang lebih kuat.

Teknik servis atas merupakan keterampilan dasar dalam permainan bola voli yang dilakukan dengan memukul bola menggunakan satu tangan dari atas kepala, bertujuan untuk mengirim bola ke daerah lawan secara sah dan terarah. Teknik ini terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu sikap awal, pelaksanaan, dan gerak lanjutan. Sikap awal merupakan tahap persiapan sebelum melakukan pukulan servis atas.

Sikap awal yang benar akan membantu menghasilkan pukulan yang kuat, terarah, dan seimbang. Pada tahap ini, pemain berdiri di belakang garis servis dengan posisi tubuh menghadap ke arah lapangan lawan. Kaki dibuka selebar bahu, dengan salah satu kaki berada sedikit di depan untuk menjaga keseimbangan tubuh. Berat badan bertumpu pada kedua kaki secara seimbang. Bola dipegang menggunakan tangan kiri (bagi pemain tangan kanan) atau sebaliknya, dengan posisi bola berada di depan tubuh setinggi pinggang atau dada. Tangan pemukul ditekuk di samping atau belakang kepala, pandangan mata fokus ke arah bola dan target sasaran di lapangan lawan.

Tahap pelaksanaan merupakan inti dari teknik servis atas, yaitu saat melakukan gerakan memukul bola. Gerakan diawali dengan melambungkan bola ke atas setinggi kurang lebih 50–100 cm di atas kepala dengan arah lurus ke depan tubuh. Bersamaan dengan itu, tangan pemukul diayunkan dari belakang ke depan atas. Saat bola berada pada titik tertinggi yang dapat dijangkau, tangan pemukul dipukul dengan telapak tangan terbuka dan jari-jari dirapatkan. Pukulan dilakukan pada bagian belakang bola agar bola dapat melambung dan melewati net. Pada saat memukul, berat badan dipindahkan dari kaki belakang ke kaki depan untuk menambah kekuatan pukulan.

Gerak lanjutan merupakan tahap akhir setelah bola dipukul, yang berfungsi menjaga keseimbangan tubuh dan mengurangi risiko cedera. Setelah memukul bola, tangan pemukul tetap diayunkan mengikuti arah

pukulan secara alami. Badan sedikit condong ke depan, dan langkah kaki depan dilakukan untuk menjaga keseimbangan. Pandangan mata mengikuti arah pergerakan bola menuju lapangan lawan. Posisi tubuh kembali rileks dan siap melanjutkan permainan berikutnya.

f. Pembelajaran Bola Voli di Sekolah Dasar

Pada tingkat sekolah dasar, proses pembelajaran bola voli perlu disesuaikan dengan karakteristik dan tingkat perkembangan peserta didik. Siswa pada usia sekolah dasar cenderung lebih mudah memahami materi pembelajaran melalui aktivitas yang bersifat menyenangkan dan melibatkan permainan. Oleh karena itu, guru perlu menggunakan metode pembelajaran yang kreatif dan variatif agar siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan baik.

Pembelajaran bola voli, siswa diperkenalkan dengan beberapa teknik dasar yang menjadi bagian penting dalam permainan, seperti servis, passing, smash, dan blocking. Namun, pada tingkat sekolah dasar, penekanan pembelajaran biasanya lebih difokuskan pada penguasaan teknik dasar yang sederhana, seperti servis dan passing, karena kedua teknik tersebut merupakan keterampilan awal yang perlu dikuasai oleh siswa.

Agar proses pembelajaran berjalan secara efektif, guru juga dapat melakukan berbagai bentuk modifikasi dalam kegiatan pembelajaran, seperti menyesuaikan ukuran lapangan, aturan permainan

yang digunakan. Melalui modifikasi tersebut, siswa dapat lebih mudah memahami konsep permainan dan mempraktikkan teknik dasar bola voli secara bertahap. Pemain perlu menguasai teknik-teknik dasar seperti servis, passing (atas dan bawah), smash atau spike, dan blocking atau bendungan.

Permainan bola voli pertama kali diciptakan pada tahun 1895 oleh William G. Morgan dengan nama "Mintonette", kemudian pada tahun 1896 nama tersebut diusulkan menjadi *Volley Ball* oleh H.T. Halsted. Beberapa ahli dan organisasi mendefinisikan bola voli sebagai:

1. Fahmi dan Hidayat: Olahraga beregu yang dimainkan oleh 2 regu dengan dipisahkan net, bertujuan agar setiap regu melewati bola secara teratur melalui atas net sampai bola menyentuh lantai di daerah lawan, dan mencegah bola tidak menyentuh lantai dalam lapangan sendiri.
2. Lestari: Olahraga unik yang merupakan permainan kesalahan, dengan tujuan mendapatkan bola untuk dipukulkan ke daerah lapangan lawan atau memaksa lawan membuat kesalahan dalam menangani bola.
3. Yusmar dan Hanggara & Ilahi (dalam Noprian, A., Zulrafli., & Kamarudin, 2020): Suatu permainan yang menggunakan bola untuk dipantulkan (di-volley) di udara hilir mudik di atas net, dengan maksud menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan untuk mencari kemenangan.

4. PBVSI: Sebuah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang dipisahkan oleh net, di lapangan persegi empat dengan ukuran tertentu.
5. FIVB: Tujuan dari olahraga bola voli adalah mengirim bola melewati atas net menuju lapangan lawan kemudian mencegah lawan melakukan hal yang sama.

g. Karakteristik Pembelajaran Bola Voli

Pembelajaran bola voli di tingkat sekolah dasar memiliki karakteristik khas yang disesuaikan dengan tahap perkembangan fisik dan kognitif siswa. Fokus pada teknik dasar dan permainan modifikasi pada jenjang sekolah dasar, penekanan utama adalah pada penguasaan teknik-teknik dasar permainan bola voli. Pembelajaran seringkali melibatkan modifikasi permainan (mini bola voli) untuk menyesuaikan dengan kemampuan anak-anak, seperti ukuran lapangan, tinggi net, dan jenis bola yang digunakan. Pelaksanaan pembelajaran lebih diutamakan untuk penguatan pemahaman keterampilan gerak dasar (Sujarwo & Widayat, 2020).

Salah satu karakteristik pembelajaran bola voli adalah adanya aktivitas gerak yang dominan. Siswa dituntut untuk melakukan berbagai gerakan seperti memukul bola, melompat, bergerak ke berbagai arah, serta menjaga keseimbangan tubuh. Aktivitas tersebut bertujuan untuk melatih koordinasi gerak, kekuatan otot, serta kelincahan siswa dalam bermain. pembelajaran bola voli menekankan pada penguasaan teknik

dasar permainan. Beberapa teknik dasar yang perlu dipelajari oleh siswa antara lain servis, passing, smash, dan blocking. Pada tingkat sekolah dasar, pembelajaran biasanya difokuskan pada teknik dasar yang lebih sederhana seperti servis dan passing agar siswa dapat memahami dasar-dasar permainan dengan lebih mudah.

Pembelajaran bola voli juga memiliki karakteristik yang menekankan pada kerja sama tim. Dalam permainan bola voli, setiap pemain harus mampu bekerja sama dengan anggota tim lainnya untuk mencapai tujuan bersama, yaitu memenangkan permainan. Oleh karena itu, melalui pembelajaran bola voli siswa juga belajar mengenai nilai-nilai kebersamaan, komunikasi, dan sportivitas. Karakteristik lain dari pembelajaran bola voli adalah adanya penerapan aturan permainan yang harus dipatuhi oleh setiap pemain. Aturan tersebut berfungsi untuk menciptakan permainan yang tertib dan adil. Namun, dalam pembelajaran di sekolah dasar, aturan permainan sering kali disederhanakan atau dimodifikasi agar sesuai dengan kemampuan dan tingkat perkembangan siswa.

Model pembelajaran yang tidak sesuai dengan karakteristik anak dapat menyebabkan kebosanan dan kurangnya gairah belajar. Memahami karakteristik siswa SD yang gemar bermain sangat penting, oleh karena itu, pembelajaran harus dikemas dalam situasi bermain yang menyenangkan. Siswa seringkali memiliki anggapan bahwa bola voli adalah olahraga yang menakutkan karena takut terkena bola yang sakit.

Mereka juga mungkin ragu melakukan teknik dasar karena kurangnya pemahaman atau kesulitan dalam melakukannya. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dan modifikasi dalam pembelajaran agar siswa tertarik dan tidak merasa terintimidasi.

Bola voli merupakan salah satu materi dalam permainan bola besar pada kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar. Kompetensi dasar yang harus dimiliki siswa mencakup praktik variasi teknik dasar dan konsep gerak, yang juga menanamkan nilai-nilai seperti kerja sama, sportivitas, dan kejujuran. Dalam bola voli mini, teknik dasar yang diajarkan meliputi servis bawah, *passing* bawah, dan *passing* atas. Servis bawah dianggap sebagai teknik dasar yang fundamental untuk dikuasai, di samping servis atas, *passing*, *smash*, dan *blocking*.

h. Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Pendidikan jasmani (physical education) dapat diartikan sebagai bagian integral dari keseluruhan proses pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara holistik melalui aktivitas fisik. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik sebagai sarana untuk mencapai perubahan secara holistik dalam kualitas individu, meliputi aspek fisik, mental, dan emosional. Ini juga melibatkan pengembangan kemampuan fisik, keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, sikap sportif, serta kecerdasan emosi (Nugraha, 2015).

Para ahli sepakat bahwa pendidikan jasmani adalah bagian mutlak dari seluruh lingkup usaha pendidikan dan tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara umum. Tujuannya bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi juga perkembangan pribadi anak seutuhnya. Pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada dimensi jasmaniah, tetapi juga mencakup hampir semua unsur kemanusiaan, termasuk aspek kognitif seperti kecerdasan, dan dimensi afektif seperti kedisiplinan, mental, dan karakter. Secara umum, tujuannya diklasifikasikan ke dalam perkembangan fisik, perkembangan gerak, dan perkembangan mental.

Pendidikan jasmani menggunakan gerak insani sebagai alat yang dirancang secara sadar untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik secara wajar, baik jasmani maupun rohani. Ruang lingkup pendidikan jasmani umumnya meliputi permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas akuatik, pendidikan luar kelas, dan kesehatan. Melalui kegiatan-kegiatan ini, pendidikan jasmani berupaya mewujudkan keinginan, kebutuhan, dan kemampuan individu sehingga tercapai pola hidup pribadi dan sosial yang memuaskan.

Tujuan pendidikan jasmani di sekolah dasar sangatlah komprehensif, tidak hanya berfokus pada aspek fisik tetapi juga melibatkan perkembangan holistik siswa. Secara umum, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SD bertujuan untuk pengembangan fisik dan kebugaran jasmani, pengembangan mental dan kognitif,

pengembangan emosional dan sosial, pembiasaan pola hidup sehat, Pembentukan Karakter Moral.

Pendidikan jasmani di tingkat SD sangat penting karena merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak, di mana aktivitas fisik digunakan sebagai media untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik fisik, mental, maupun emosional. Tujuan ini dicapai melalui berbagai aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Metode permainan yang dimodifikasi dapat menjadi salah satu cara untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani, khususnya dalam pengembangan keterampilan gerak dan kemampuan fisik pada siswa sekolah dasar. Penggunaan permainan dalam pembelajaran sering kali dirancang untuk membuat pengalaman belajar lebih menyenangkan dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Beberapa kajian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Maghdalena (2017) Metode permainan modifikasi adalah pendekatan pengajaran yang menyesuaikan aturan, peralatan, atau lapangan permainan agar lebih sesuai dengan kemampuan dan usia peserta didik, khususnya di tingkat sekolah dasar. Tujuan dari modifikasi ini adalah untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, meminimalkan kendala sarana dan

prasarana, serta memfasilitasi penguasaan gerak dasar dalam permainan olahraga. Melalui permainan modifikasi, proses pembelajaran dapat menjadi lebih menyenangkan dan aktif, yang pada gilirannya dapat mengatasi kejenuhan siswa dalam belajar.

2. Aryanti et al., (2022) Penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan, seperti Teaching Games for Understanding, efektif dalam mengembangkan keterampilan teknis dasar, termasuk pada voli. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk lebih memahami konsep permainan sambil mengembangkan keterampilan motorik mereka.
3. Faiq & Pramono (2021) Beberapa penelitian fokus pada peningkatan servis bawah menggunakan modifikasi. Contohnya, pengembangan media pembelajaran servis bawah bola voli menggunakan modifikasi bola plastik melalui sasaran botol gantung pada siswa SD Negeri 55 Palembang dinyatakan sangat valid dan layak digunakan. Modifikasi permainan juga terbukti meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 6 Sinanggul.
4. Hazinah (2017) Penggunaan metode yang tepat, termasuk metode bermain (yang merupakan inti dari modified games), terbukti memudahkan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran teknik dasar servis atas bola voli. Penelitian ini memiliki kesamaan pada variabel terikat yaitu kemampuan servis atas dan subjek penelitiannya adalah siswa sekolah dasar.
5. Jaya et al., (2019) Menguji pengaruh model latihan menggunakan modifikasi bola gantung terhadap akurasi dan kemampuan servis atas,

menunjukkan nilai signifikansi yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari penggunaan alat modifikasi (bola gantung) terhadap peningkatan kemampuan servis atas

6. Wiguna (2018) Meskipun banyak penelitian mengulas servis bawah, ada juga yang secara langsung membahas servis atas. Sarja Wiguna meneliti peningkatan keterampilan servis atas bola voli melalui modifikasi permainan. Studi lain menunjukkan bahwa metode pembelajaran *modified games* yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa, termasuk pada teknik dasar servis atas bola voli. Penelitian juga menemukan bahwa model pengajaran berbasis permainan menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan voli.

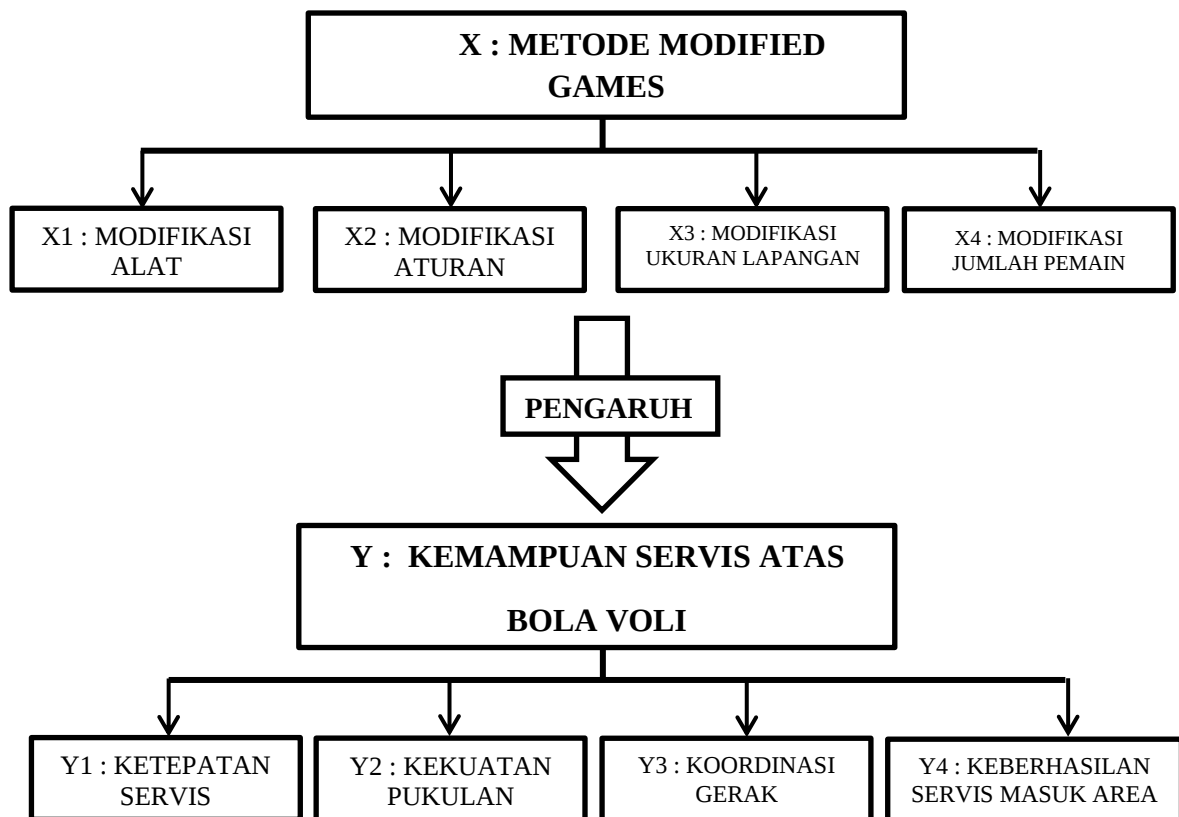
Berdasarkan uraian pada beberapa kajian yang relevan diatas, penelitian berkeyakinan dapat melakukan penelitian serta memperoleh informasi yang komprehensif tentang pengaruh metode Modified Games terhadap kemampuan servis atas dalam bola voli pada siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri 07 Nanga Ora Tahun Ajaran 2025/202.

C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran bola voli di sekolah dasar pada umumnya masih menghadapi berbagai kendala, seperti rendahnya keterlibatan siswa, kurangnya pemahaman terhadap konsep permainan, serta pembelajaran yang cenderung berfokus pada teknik dasar secara terpisah. Kondisi ini menyebabkan siswa kurang aktif dan kurang termotivasi dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Salah satu pendekatan yang dapat

digunakan adalah metode *modified games*, yaitu pembelajaran yang dilakukan melalui permainan yang telah dimodifikasi sesuai dengan karakteristik dan kemampuan siswa. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk belajar melalui pengalaman bermain yang menyenangkan serta mendorong keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Melalui modifikasi permainan, siswa dapat lebih mudah memahami konsep dasar permainan bola voli karena aturan, ukuran lapangan, dan lingkungan belajar telah disesuaikan dengan tingkat perkembangan mereka.

Penggunaan metode *modified games* dalam pembelajaran bola voli di sekolah dasar diyakini dapat meningkatkan hasil belajar siswa, baik dari aspek keterampilan gerak (psikomotor), pemahaman konsep permainan (kognitif), maupun sikap seperti kerja sama dan sportivitas (afektif). Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan (*game-based learning*) lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa dibandingkan dengan pendekatan pembelajaran konvensional.



Gambar Bagan 2.1 Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan teori dan kerangka berpikir diatas dapat dikemukakan hipotesis sebagai berikut:

1. Hipotesis nol (H_0) Tidak terdapat pengaruh yang signifikan metode *modified games* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI di SDN 07 Nanga Ora Tahun Ajaran 2025/2026.

Secara statistik:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

2. Hipotesis alternatif (H_a) Terdapat pengaruh yang signifikan metode *modified games* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI di SDN 07 Nanga Ora Tahun Ajaran 2025/2026.

Secara statistik:

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

- a. μ_1 = rata-rata kemampuan servis sebelum perlakuan (*pretest*)
- b. μ_2 = rata-rata kemampuan servis setelah perlakuan (*posttest*)
- c. Tanda $\neq$ artinya ada perbedaan $\rightarrow$ berarti ada pengaruh