

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Media Pembelajaran

a. Pengertian Media Pembelajaran

Media pembelajaran yang baik dan menarik sangat penting dalam proses belajar mengajar sebab dapat mempermudah pendidik dalam menyampaikan materi serta mendorong motivasi belajar peserta didik untuk belajar lebih interaktif dan aktif di kelas, sehingga memberikan feedback pendidik dan peserta didik. Menurut Nurfadhillah dkk. (2021) dalam (Maharani. dkk 2024:77) media pembelajaran merupakan alat yang dapat mendorong proses belajar mengajar sehingga makna pesan yang disampaikan menjadi jelas dan tujuan pendidikan atau pembelajaran akan tercapai secara efektif dan efisien. Sejalan dengan pendapat di atas menurut Khoirina & Arsanti, 2022 dalam (Neta & Hidayat, 2025: 3769) media pembelajaran merupakan alat yang dapat memberikan informasi tambahan kepada siswa secara efektif dan efisien.

Dalam pendidikan jasmani, media pembelajaran memiliki karakteristik khusus karena materi pembelajaran bersifat psikomotorik. Media digunakan untuk membantu siswa

memahami gerakan, teknik, dan urutan keterampilan secara visual dan kinestetik. Media yang menampilkan contoh gerakan yang benar sangat dibutuhkan agar siswa mampu meniru dan mempraktikkan keterampilan secara tepat (Gunarto dkk. 2024:189).

b. Fungsi Media Pembelajaran

Menurut Indriyani, 2019:19 dalam (Ucha dkk., 2024:52) bahwa fungsi media pembelajaran yaitu: 1) Menciptakan lingkungan belajar yang efektif, 2) Media sebagai komponen penting dalam sistem pembelajaran, 3) Media pembelajaran memegang peran kunci dalam mencapai tujuan pembelajaran, 4) Mempercepat proses belajar-mengajar dan membantu siswa dalam pemahaman materi di dalam kelas, 5) Meningkatkan kualitas pendidikan secara keseluruhan. Media pembelajaran memiliki peran yang sangat penting dalam jalannya proses pendidikan karena dengan media pembelajaran dapat mengarahkan, memotivasi, dan membantu dalam penyelenggaraan pembelajaran sesuai dengan tujuan pendidikan.

c. Jenis-Jenis Media Pembelajaran

1) Media Visual

Secara garis besar, unsur-unsur yang terdapat pada media visual terdiri dari garis, bentuk, warna, dan tekstur

(Arsyad dalam Silahuddin, 2022:168). Garis tidak lain merupakan kumpulan dari titik-titik.

2) Media Audio

Media Audio adalah media yang isi pesannya hanya diterima melalui indera pendengaran saja. Media audio berfungsi merekam dan memancarkan suara manusia, binatang, dan lain-lain dan untuk tujuan interview. Media audio digunakan dalam pengembangan keterampilan-keterampilan mendengarkan untuk pesan-pesan lisan. Pesan atau informasi yang akan disampaikan dituangkan ke dalam lambinglambang auditif berupa kata-kata, music, dan efek suara (sound effect). Media audio memiliki jenis dan bentuk yang bervariasi, diantaranya adalah radio, piringan hitam, pita kaset suara, compact disc (CD) (Silahuddin, 2022:171).

3) Media Audiovisual

Media ini dapat menampilkan unsure gambar (visual) dan suara (audio) secara bersamaan pada saat mengkomunikasikan pesan atau informasi (Silahuddin, 2022:172).

4) Multimedia

Multimedia merupakan penggabungan dua kata “multi” dan “media”.Multi berarti banyak sedangkan media atau bentuk jamaknya berarti medium. Menurut Vaughan, 2004

dalam (Silahuddin, 2022:172) menjelaskan bahwa multimedia adalah sembarang kombinasi yang terdiri atas teks, seni grafik, bunyi, animasi, dan video yang diterima oleh pengguna melalui *hardware computer*, multi media merupakan penggabungan atau pengintegrasian dua atau lebih format media yang berpadu seperti teks, grafik, animasi, dan video untuk membentuk aturan informasi kedalam sistem komputer menurut Supriatna, 2007 dalam (Silahuddin, 2022:172).

2. Media Interaktif

a. Pengertian Media Interaktif

Menurut Erfayliana dkk. 2022 dalam (Wardana, 2025:223) multimedia interaktif merupakan gabungan dari unsur teks, gambar, audio, video, dan animasi yang memungkinkan terjadinya interaksi langsung antara pengguna dan materi pembelajaran. Dalam konteks olahraga, multimedia interaktif dapat menyajikan materi teknik dasar dalam bentuk visual dan dinamis, sehingga peserta didik dapat memahami gerakan dengan lebih jelas dan akurat.

b. Jenis-jenis Media Interaktif

Empat jenis media pembelajaran interaktif yang mudah ditemukan di internet hari ini adalah (Pertiwi & Wardhani, 2024:10-11):

- 1) Media pembelajaran *e-learning* interaktif, seperti *Moodle*; ini adalah salah satu kursus PHP dan MySQL yang paling banyak digunakan. Memiliki acara kuis dan kelas untuk presentasi karya. Selain itu, *Moodle* menawarkan modul yang memungkinkan siswa berinteraksi dengan guru, seperti *workshop*, survei, dan forum diskusi.
- 2) *Zenius Education* adalah situs web pembelajaran online yang berbahasa Indonesia dan menyediakan berbagai materi pendidikan dari tingkat SD hingga SMA. *Bing Map* dan *Google Map* adalah situs web yang memungkinkan pengguna melihat peta dunia langsung.
- 3) Media interaktif berbasis *software: Animals for Kids 2.1* adalah program pendidikan berbasis flash card yang memiliki ensiklopedia lengkap tentang hewan.
- 4) Media belajar interaktif berbasis Android, seperti aplikasi ruang guru, membuat kita narasumber dalam pembelajaran dengan memungkinkan chat dan video call.

Media interaktif yang sudah disebutkan di atas sangat bermanfaat bagi siswa Sekolah Dasar (SD). Oleh karena itu, pendidik tidak akan kewalahan mencari media interaktif.

c. Kelebihan dan Kekurangan Media Video Interaktif

Kelebihan lain dari media interaktif adalah dapat disesuaikan dengan gaya belajar individual. Media interaktif

dapat dirancang untuk memenuhi cara mereka belajar seperti, pada tampilan, suara/auditori, dan juga kinestetik. Hal ini akan mendorong siswa dalam belajar untuk berinovasi menjadi lebih efektif dan efisien (tidak membuang waktu), karena mereka dapat terlibat dengan materi dengan tepat sesuai dengan gaya belajar mereka. Kelebihan selanjutnya ialah ia dapat memperbesar objek kecil, meminimalkan objek yang besar, menampilkan objek atau peristiwa yang kompleks maupun yang rumit, meningkatkan daya tarik pada peserta didik, lebih komunikatif, mudah diubah juga dikembangkan, interaktif, dan lebih kreatif. Tidak hanya itu, multimedia dari “Media Interaktif” ini sangat bisa memberikan peningkatan terhadap motivasi belajar siswa, memberikan jawaban yang mudah dipahami, memberikan contoh penyelesaian soal, juga dapat diprogram untuk belajar mandiri serta penggunaan sepenuhnya ialah milik pengguna.

Namun, ada juga beberapa kelemahan penggunaan media interaktif. Salah satu kelemahan utamanya adalah dapat menyebabkan distraksi. Siswa dapat terlalu fokus pada media interaktif dan kehilangan tujuan pembelajaran. Pada titik inilah media interaktif juga memiliki kemungkinan menjadi penyebab turunya hasil belajar dan kurangnya keterlibatan dengan materi. Kelemahan lain dari media interaktif adalah biayanya yang mahal. Mengembangkan media interaktif dapat menjadi biaya

yang besar, dan tidak semua sekolah mungkin memiliki sumber daya untuk menginvestasikan dana di dalamnya (Nisa & Aryanti, 2023:35).

3. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia.

Istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh. Pendidikan jasmani menyebabkan perbaikan dalam ‘pikiran dan tubuh’ yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendidikan jasmani berarti program pendidikan lewat gerak atau permainan dan olahraga. Pendidikan olahraga adalah pendidikan yang membina anak agar menguasai cabang-cabang olahraga tertentu (Usman dkk., 2022:20).

b. Tujuan Pendidikan Jasmani di SD

Menurut Burhan & Hidayat, 2023 dalam (Putra & Ridwan, 2025:261) Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam kurikulum sekolah dasar karena bertujuan untuk mengembangkan kebugaran fisik, meningkatkan kemampuan gerak dasar, serta menanamkan nilai-nilai karakter yang positif pada siswa.

4. Kajian Teori Video Interaktif

Video interaktif merupakan media pembelajaran berbasis teknologi yang menggabungkan elemen visual, audio, dan interaktivitas yang memungkinkan pengguna untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, dimana berbeda dengan video konvensional yang bersifat pasif, video interaktif memberikan kontrol kepada penonton untuk membuat keputusan, memilih alur cerita, atau merespons konten yang ditampilkan sebagai bentuk multimedia yang mengintegrasikan berbagai elemen media dengan fitur interaktivitas yang memfasilitasi keterlibatan aktif pengguna. Video interaktif menciptakan pengalaman multi-sensori yang menyajikan materi pembelajaran dalam format media yang familiar, serta menawarkan lingkungan yang konstruktif, fleksibel, dan terbuka yang mendorong refleksi diri. Selain itu, karakteristik inti video interaktif mencakup interaktivitas, responsivitas, keterlibatan, dan kemampuan kustomisasi yang membedakannya dari animasi

linear, di mana pengguna memiliki kendali terhadap konten yang ditampilkan, kecepatan pemutaran, dan urutan informasi yang dipelajari sehingga memungkinkan personalisasi pengalaman belajar sesuai dengan kebutuhan dan preferensi individual.

Penggunaan video interaktif dalam pembelajaran didukung oleh beberapa landasan teoritis yang relevan, dimana Teori Kognitif Multimedia menjelaskan bagaimana manusia memproses informasi dari berbagai saluran sensorik dan menunjukkan bahwa teori ini tetap menjadi kerangka teoritis utama untuk mempelajari pembelajaran dari teks dan gambar khususnya dalam konteks pembelajaran berbasis video, sementara Teori Beban Kognitif semakin relevan dalam era pembelajaran digital dengan menekankan pentingnya menyeimbangkan beban kognitif ekstrinsik dan tutorial video dapat menurunkan beban kognitif intrinsik siswa, serta Teori Keterlibatan Kognitif, bahwa tingkat keterlibatan kognitif berpengaruh signifikan terhadap hasil pembelajaran dimana video interaktif dapat memfasilitasi keterlibatan pada level konstruktif dan interaktif sehingga peserta didik tidak hanya menerima informasi tetapi juga mengolah, menerapkan, dan bahkan mengajarkan kembali konsep yang dipelajari.

Penelitian empiris terbaru menunjukkan berbagai manfaat penggunaan video interaktif dalam konteks pendidikan, dimana (Barman & Jena, 2023) dalam penelitiannya terhadap anak-anak

dengan disabilitas intelektual moderat menemukan bahwa kelompok dengan instruksi berbasis video interaktif kolaboratif (CIVBI) menunjukkan kinerja dan partisipasi yang lebih aktif dibandingkan kelompok lainnya. Penelitian tersebut juga membuktikan bahwa penggunaan video interaktif membantu siswa memahami topik dengan lebih jelas dan tepat karena melibatkan unsur video dan instruksi secara bersamaan, serta terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa meliputi keterampilan komunikasi dasar, keterampilan interpersonal, pemecahan masalah, resolusi konflik, dan empati dibandingkan dengan pendekatan konvensional.

5. Hasil Belajar

a. Pengertian Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan indikator untuk mengukur tingkat penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran yang telah disampaikan, mencakup perubahan pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh peserta didik sebagai hasil dari pengalaman selama proses belajar. Dalam konteks pembelajaran gerak dasar bola voli melalui media video interaktif pada siswa kelas IV SDN 10 Nanga Temenang, hal ini berarti siswa tidak hanya memahami konsep teknik dasar seperti servis, *passing* dan *smash* secara teoritis,

tetapi juga mampu menerapkannya dalam praktik dengan sikap yang positif dan sportif.

b. Domain Hasil Belajar

Domain hasil belajar merujuk pada klasifikasi aspek-aspek kemampuan yang berkembang melalui pembelajaran. Berdasarkan taksonomi Bloom, terdapat tiga domain utama yang relevan dalam pembelajaran gerak dasar bola voli melalui media video interaktif, yaitu:

- 1) Ranah Kognitif (*Cognitive Domain*) Berkaitan dengan kemampuan berpikir, pengetahuan, dan pemahaman siswa terhadap materi gerak dasar bola voli. Melalui pemanfaatan media video interaktif, siswa kelas IV SDN 10 Nanga Temenang diharapkan mampu memahami teknik-teknik dasar permainan bola voli seperti passing, servis, dan smash secara teoritis.
- 2) Ranah Afektif (*Affective Domain*) Berkaitan dengan sikap, minat, motivasi, dan apresiasi siswa terhadap pembelajaran. Penggunaan media video interaktif diharapkan dapat meningkatkan minat dan antusias siswa kelas IV dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar bola voli, serta menumbuhkan sikap sportivitas dan kerja sama.
- 3) Ranah Psikomotorik (*Psychomotor Domain*) Berkaitan dengan keterampilan fisik dalam melakukan gerakan-gerakan

dasar bola voli. Melalui tayangan video interaktif, siswa kelas IV SDN 10 Nanga Temenang diharapkan mampu mempraktikkan gerak dasar bola voli dengan teknik yang benar dan terkoordinasi dengan baik.

Ketiga domain ini saling berkaitan dan idealnya berkembang secara seimbang. Dalam konteks penelitian ini, pemanfaatan media video interaktif diharapkan mampu mendorong perkembangan ketiga ranah tersebut secara optimal pada siswa kelas IV SDN 10 Nanga Temenang Tahun Pelajaran 2025/2026.

c. Ranah Hasil Belajar

Dalam penilaian hasil belajar, tujuan harus memperhatikan domain hasil belajar. Menurut Bloom, dkk. (1956) dalam (Ropii & Fahrurrozi, 2017: 47) hasil belajar dapat dikelompokkan dalam tiga domain, yaitu:

1) Domain kognitif (*cognitif domain*)

a) Pengetahuan (*knowledge*), b) Pemahaman (*comprehension*), c) Aplikasi (*aplication*), d) Analisis (*analysis*), e) Sintesis (*synthesis*) dan f) Evaluasi (*evaluation*).

2) Domain afektif (*affective domain*) .

a) Penerimaan (*receiving*), b) Respons (*responding*), c) Penilaian (*valuing*), d) Organisasi (*organization*), dan f) Karakterisasi (*characterization by a value or value-complex*).

3) Domain psikomotor (*psychomotor domain*)

a) Persepsi (*perception*), b) Kesiapan melakukan sesuatu pekerjaan (*set*), c) Respons terbimbing (*guided response*), d) Kemahiran (*complex overt response*), e) Adaptasi (*adaptation*) dan f) Orijinasi (*origination*).

d. Faktor-faktor Hasil Belajar

Hasil belajar siswa tidak terbentuk begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan satu sama lain. Secara umum, faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat dibedakan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa, meliputi kondisi fisik dan psikologis. Siswa yang sehat dan bugar akan lebih optimal dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar bola voli, sedangkan faktor psikologis seperti minat, motivasi, bakat, dan kecerdasan turut berpengaruh terhadap hasil belajar, di mana siswa dengan minat dan motivasi tinggi cenderung lebih bersemangat sehingga hasil belajar yang dicapai pun lebih maksimal.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri siswa, meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan

masyarakat. Dalam lingkungan sekolah, kualitas pembelajaran sangat ditentukan oleh kemampuan guru, metode, serta media pembelajaran yang digunakan. Penggunaan media video interaktif dalam pembelajaran gerak dasar bola voli di kelas IV SDN 10 Nanga Temenang merupakan salah satu upaya menciptakan suasana belajar yang menarik dan mudah dipahami, sehingga diharapkan dapat memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa.

6. Keterampilan Gerak Dasar dalam Permainan Bola Voli

a. Pengertian Keterampilan Gerak Dasar

Keterampilan dasar memainkan bola, yaitu keterampilan dasar passing dan keterampilan dasar spike. Teknik *passing* dibedakan menjadi dua yaitu *passing* atas dan *passing* bawah (Achmad dkk., 2024: 62). Dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah dasar, keterampilan gerak dasar bola voli mencakup kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar permainan yang meliputi *passing* bawah, *passing* atas, dan servis bawah sebagai fondasi penting sebelum mempelajari teknik yang lebih kompleks. Dalam penelitian ini, keterampilan yang menjadi fokus utama adalah keterampilan *passing* bawah, karena merupakan teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan bola voli dan menjadi dasar dalam menerima serta mengontrol bola. Adapun keterampilan *passing* atas dan servis bawah tetap dikaji sebagai

keterampilan pendukung untuk melihat perkembangan kemampuan siswa secara menyeluruh. Pencapaian keterampilan tersebut ditinjau dari beberapa indikator, yaitu ketepatan teknik (sikap awal, pelaksanaan, dan sikap akhir), koordinasi gerak, serta akurasi hasil pukulan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya melihat kemampuan siswa melakukan gerakan, tetapi juga kualitas teknik yang sesuai dengan standar yang benar.

Pembelajaran bola voli di SD tidak diterapkan secara penuh seperti pada olahraga dewasa, melainkan disesuaikan dengan tahap perkembangan fisik dan kognitif anak. Gerak dasar yang diajarkan pada siswa kelas 4–6 SD meliputi:

- 1) *Passing* Bawah (fokus utama): memantulkan bola menggunakan kedua lengan bawah yang dirapatkan dan diluruskan.
- 2) *Passing* Atas: mendorong bola menggunakan jari-jari kedua tangan di atas kepala.
- 3) *Servis* Bawah: memukul bola dari bawah menggunakan satu tangan untuk memulai permainan.

b. Proses Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Bola Voli

Teori ini dikemukakan oleh Paul Fitts dan Michael Posner, teori tersebut menjelaskan tahap model belajar secara klasik pada tahun 1967. Ada tiga tahap dalam proses belajar gerak:

1) Tahap Kognisi

Tahap pertama ini (tahap kognisi), para pemula fokus pada permasalahan yang berorientasi pada kognisi. Pada tahap ini, seorang yang belajar seharusnya menggunakan aktivitas kognisi sebagai hasil dari yang mereka dengar sebagai intruksi dan pemberian umpan balik (*feedback*) dari instruktur Hardaman, 2011: 61 dalam (Lani & Wijayanto, 2021: 64).

2) Tahap Asosiasi

Tahap yang kedua dari belajar dalam model tiga tahap Fitts dan Posner adalah tahap asosiasi, Aktifitas kognisi pada tahap awal berubah pada bagian ini, hal ini disebabkan karena orang yang belajar tersebut mulai menggabungkan kondisi lingkungan dengan gerakan yang dibutuhkan dalam pencapaian tujuan keterampilan Lemos: 2012: 18 dalam (Lani & Wijayanto, 2021: 65).

3) Tahap Otomatisasi

Tahap terakhir adalah tahap Otomatisasi, dimana keterampilan yang dimiliki menjadi otomatis atau menjadi kebiasaan. Setiap tindakan otomatis dipicu oleh umpan balik yang dihasilkan atas tanggapan Raiola dan Tore, 2017: 51 dalam (Lani & Wijayanto, 2021: 67).

c. Evaluasi Keterampilan Keterampilan Gerak Dasar Bola Voli

Evaluasi keterampilan adalah proses pengumpulan dan pengolahan informasi untuk mengukur capaian hasil belajar peserta didik dalam ranah psikomotor. Ranah psikomotor berkaitan dengan keterampilan fisik yang dapat diamati dan diukur secara langsung. Evaluasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan gerak yang telah dicapai siswa setelah mengikuti proses pembelajaran. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD, penilaian keterampilan gerak dilakukan secara autentik, yaitu penilaian yang dilakukan dalam situasi yang relevan dan bermakna, tidak hanya mengukur produk akhir tetapi juga proses pelaksanaan gerakan. Penilaian autentik memungkinkan guru memperoleh gambaran yang menyeluruh tentang kemampuan siswa secara nyata.

1) Aspek-Aspek yang Dinilai dalam Keterampilan Gerak

Penilaian keterampilan gerak dasar bola voli pada siswa SD mencakup beberapa aspek yang saling berkaitan. Aspek-aspek tersebut perlu diamati secara menyeluruh agar hasil penilaian mencerminkan kemampuan siswa yang sesungguhnya. Aspek-aspek yang dinilai dalam keterampilan gerak dasar bola voli meliputi:

Tabel 2.1 Aspek-Aspek Penilaian Keterampilan Gerak Dasar Bola Voli

No	Aspek	Indikator yang Dinilai
	Sikap Awal	Posisi kaki, badan, dan tangan sebelum melakukan gerakan. Mencakup keseimbangan dan kesiapan tubuh untuk bergerak.
	Pelaksanaan Gerak	Ketepatan teknik saat melakukan gerakan inti, meliputi koordinasi antar anggota tubuh, titik perkenaan bola, dan kekuatan gerak.
	Sikap Akhir (<i>Follow Through</i>)	Posisi tubuh setelah gerakan selesai dilakukan. Menunjukkan apakah gerakan dilakukan secara tuntas dan seimbang.
	Akurasi/Ketepatan	Kemampuan mengarahkan bola ke sasaran yang dituju, baik ke teman maupun ke area lapangan lawan.
	Konsistensi	Kemampuan melakukan gerakan yang benar secara berulang dalam beberapa kali percobaan.

2) Pedoman Observasi Keterampilan Gerak

Pedoman Observasi adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang keterampilan siswa secara terstruktur dan objektif. Instrumen penilaian keterampilan gerak dasar bola voli yang digunakan di SD antara yaitu: (a) tes keterampilan, lembar observasi/*checklist* dan dokumentasi.

3) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Dasar Bola Voli

Rubrik penilaian digunakan sebagai pedoman observasi untuk menilai keterampilan gerak dasar bola voli siswa. Hasil pengamatan dikategorikan ke dalam perlu bimbingan, cukup, baik, dan sangat baik, lalu disajikan dalam bentuk uraian naratif.

4) Interpretasi Hasil Penilaian Keterampilan Gerak

Interpretasi dilakukan dengan mengelompokkan kemampuan siswa ke dalam beberapa kategori, yaitu:

- 1) Sangat Baik: Siswa mampu melakukan gerakan dengan tepat, lancar, dan konsisten sesuai teknik yang benar.
- 2) Baik: Siswa mampu melakukan gerakan dengan cukup tepat, meskipun masih terdapat kesalahan kecil.
- 3) Cukup: Siswa mampu melakukan gerakan, namun belum konsisten dan masih memerlukan perbaikan.
- 4) Perlu Bimbingan: Siswa belum mampu melakukan gerakan dengan benar dan memerlukan arahan serta latihan lebih lanjut.

7. Permainan Bola Voli

a. Sejarah dan Perkembangan Bola Voli

William G. Morgan (New York 1870–1942) merupakan tokoh asal Amerika Serikat yang dikenal sebagai pencipta olahraga bola voli. Morgan muda kuliah di *Springfield College* yang dikelola *YMCA (Young Men's Christian Association)*. Di sana *William G. Morgan* bertemu dengan *James Naismith* yang pada tahun 1891 menciptakan olahraga bola basket. Setelah lulus, pada tahun 1895 *William G. Morgan* mulai bekerja sebagai Direktur Pendidikan Jasmani di *YMCA di Massachusetts*. Di sana Morgan menciptakan permainan bernama *Mintonette* yang

dirancang tidak seberat basket agar cocok dimainkan orang-orang yang lebih tua. Pada tanggal 9 Februari 1895 menjadi hari kelahiran permainan ini. Dirancang berdasarkan olahraga lain asal Jerman bernama *faustball*, permainan yang ini kemudian berganti nama menjadi *volleyball* (bola voli) (Putro & Ismoko, 2017:1).

Permainan bola voli dibawa oleh tentara Amerika Serikat pada zaman perang dunia II. Tentara Amerika Serikat adalah sahabat tentara Belanda. Maka tidak mengherankan jika tentara Belanda dapat bermain voli dan ikut mengenalkan permainan bola voli. Sehingga permainan bola voli dikenal masyarakat Indonesia sejak tahun 1928, pada zaman penjajahan Belanda (Putro & Ismoko, 2017:3).

b. Hakikat Permainan Bola Voli

Pendidikan jasmani, Olahraga, dan kesehatan (PJOK) tidak hanya bertujuan membentuk kebugaran fisik siswa, tetapi juga mendidik nilai-nilai kerja sama, disiplin, dan sportivitas, namun, kenyataannya lapangan menunjukkan bahawa pembelajaran PJOK masih banyak dilakukan secara monoton tanpa memanfaatkan teknologi sebagai penunjang, termasuk pada materi bola voli. Hal ini berdampak pada rendahnya pemahaman siswa terhadap teknik dasar seperti *servis*, *passing*, dan *smash*. FIVB menjelaskan esensi dari bahwa bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim di lapangan bermain yang dibagi

atau dibatasi dengan jaring (net), tujuan permainan adalah memberikan bola melewati jaring (net) untuk menempatkannya di lapangan lawan, dan mencegah upaya yang sama dari lawan. Bahwasannya di dalam bola voli terdapat enam teknik dasar seperti: (1) *Servis* atas (2) *Servis* bawah (3) *Passing* bawah (4) *Passing* atas (5) *Smash* (6) *Block* (Bendungan) (Tapo, 2019 dalam Nurhidayat dkk. 2025).

Permainan bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri dari enam pemain, di lapangan berukuran 18×9 meter yang dipisahkan oleh net. Tinggi net pada permainan bola voli adalah 2,43 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk putri.

c. Pembelajaran Bola Voli di Sekolah Dasar

Pembelajaran bola voli di sekolah dasar memiliki karakteristik khusus yang disesuaikan dengan tahap perkembangan fisik, motorik, dan kognitif siswa usia 6–12 tahun. Penyesuaian tersebut diwujudkan melalui modifikasi pada tiga aspek utama, yaitu alat, aturan permainan, dan teknik gerakan. Modifikasi alat dilakukan dengan menggunakan bola yang lebih ringan dan berukuran lebih besar serta net yang lebih rendah dari ukuran standar, sedangkan modifikasi aturan mencakup penyederhanaan peraturan seperti memperbolehkan bola memantul sekali dan mengurangi jumlah pemain per tim. Adapun

modifikasi teknik difokuskan pada penguasaan gerak dasar fundamental yang meliputi *passing* bawah, *passing* atas, *servis* bawah, dan *smash* sederhana.

Pendekatan pembelajaran lebih menekankan pada kegembiraan dan partisipasi aktif melalui permainan variatif, dengan guru berperan memberikan penguatan positif dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, sehingga siswa dapat mengembangkan minat terhadap bola voli sejak dini sebagai fondasi keterampilan pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

8. Karakteristik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar

a. Perkembangan Kognitif Siswa Kelas IV

Perkembangan kognitif anak merupakan aspek penting dalam tumbuh kembang manusia yang berkaitan dengan cara anak berpikir, memahami, dan berinteraksi dengan dunia sekitarnya. Menurut Piaget (1952) dalam (Handayani, 2025:64), perkembangan kognitif yang optimal memungkinkan anak untuk memahami konsep-konsep yang lebih kompleks seiring bertambahnya usia. Misalnya, dalam tahap operasional konkret (7-11 tahun), anak mulai mampu berpikir secara logis dan memahami hubungan sebab-akibat, yang merupakan dasar penting bagi keberhasilan akademik dan sosial.

Dalam pembelajaran PJOK, karakteristik ini menunjukkan bahwa siswa lebih mudah memahami materi melalui penyajian

yang konkret dan visual, sehingga pemanfaatan media video interaktif dinilai relevan karena memungkinkan siswa mengamati teknik gerakan secara berulang hingga keterampilan gerak dasar dapat dikuasai secara optimal.

b. Perkembangan Afektif dan Sosial Siswa Kelas IV

Perkembangan afektif dan sosial siswa kelas IV sekolah dasar ditandai dengan meningkatnya kemampuan berinteraksi, bekerja sama, serta memahami aturan dan norma sosial. Siswa pada tahap ini juga mulai menunjukkan sikap empati dan kecenderungan berkelompok dengan teman sebaya, serta memiliki motivasi belajar yang tinggi apabila pembelajaran dirancang secara menarik dan kolaboratif. Dalam konteks pembelajaran PJOK, karakteristik tersebut sangat mendukung pelaksanaan permainan bola voli yang menuntut kerja sama dan sportivitas, sehingga pemanfaatan media video interaktif diharapkan mampu meningkatkan motivasi sekaligus mendorong tumbuhnya sikap kolaboratif siswa.

c. Perkembangan Psikomotorik Siswa Kelas IV

Perkembangan psikomotorik siswa kelas IV sekolah dasar berada pada fase yang optimal untuk mempelajari keterampilan gerak dasar olahraga. Pada rentang usia 9–10 tahun, kemampuan koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kontrol gerak siswa mengalami peningkatan yang signifikan, sehingga memungkinkan

mereka untuk melakukan gerakan yang lebih kompleks, termasuk teknik dasar bola voli. Sejalan dengan itu, kemampuan perseptual-motorik siswa dalam mengamati dan meniru pola gerak turut berkembang, sehingga pemanfaatan media visual berbasis video interaktif dinilai relevan sebagai sarana untuk membantu siswa memahami sekaligus mempraktikkan keterampilan gerak dasar secara lebih efektif dan terarah.

B. Kajian Penelitian Yang Relevan

Sebagai dukungan terhadap penelitian ini, berikut disajikan beberapa penelitian yang memiliki relevansi dengan penelitian yang dilakukan.

1. Pande Putu Epa Adnyana, I Gede Suwiwa dan Peby Gunarto (2024) “Media Pembelajaran Berbasis Video Tutorial Teknik Dasar *Passing* dalam Permainan BolaVoli pada Peserta Didik”. Penelitian ini bertujuan mengembangkan media video pembelajaran materi passing bola voli untuk kelas VIII SMP menggunakan model *ADDIE (Analyze, Design, Development, Implementation, Evaluation)*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, dokumentasi, dan kuesioner, dengan validasi oleh ahli isi, ahli desain, ahli media, dan praktisi lapangan. Hasil validasi menunjukkan persentase kelayakan yang tinggi, yakni ahli isi 83% (baik), ahli media 93% (sangat baik), ahli desain 95% (sangat baik), dan praktisi lapangan 95% (sangat baik). Berdasarkan hasil tersebut, media video tutorial berbasis model *ADDIE* ini dinyatakan layak digunakan sebagai media pembelajaran passing

bola voli maupun sebagai referensi penelitian lebih lanjut (Adnyana dkk. 2024).

2. Joel Hutagalung, Sabaruddin Yunis Bangun, dan R. Syaifullah D. Sihobing (2025) “Media Pembelajaran Berbasis Video Tutorial Teknik Dasar Bola Voli Pada Pelajar Sma Kelas X”. Penelitian ini bertujuan mengembangkan media pembelajaran berbasis video tutorial teknik dasar bola voli untuk siswa SMA Kelas X menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 30 siswa, terdiri dari 10 siswa untuk uji coba kelayakan produk dan 20 siswa untuk uji coba pemakaian. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan kepada ahli dan siswa, kemudian dianalisis menggunakan persentase. Hasil uji coba menunjukkan tingkat kelayakan produk sebesar 82% dan uji coba pemakaian sebesar 87%. Penelitian ini menyimpulkan bahwa video tutorial teknik dasar bola voli layak digunakan dan mampu meningkatkan hasil pembelajaran siswa, khususnya dalam keterampilan passing bola voli (Bangun dkk. 2023).
3. I Wayan Yoga Aryanata, I Nyoman Jampel, dan Luh Putu Putrini Mahadewi (2020) “Media Video Pembelajaran Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pada Pelajaran Penjaskes”. Penelitian ini bertujuan mengembangkan media video pembelajaran teknik dasar bola voli, menganalisis validitasnya, serta menguji efektivitasnya terhadap hasil belajar siswa kelas X. Pengembangan menggunakan model Hannafin

and Peck dengan pengumpulan data melalui dokumen, kuesioner, dan tes, serta analisis deskriptif kualitatif dan statistik inferensial. Hasil validasi menunjukkan media layak digunakan dengan skor ahli isi 94%, ahli desain pembelajaran 92%, ahli media 80%, uji perorangan 96,6%, uji kelompok kecil 85,1%, dan uji lapangan 94,1%. Uji efektivitas menunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan hasil belajar siswa sebelum dan sesudah menggunakan media, sehingga video pembelajaran dinyatakan efektif dalam mendukung pembelajaran Penjaskes kelas X (Aryanata dkk. 2020).

4. Joel Hutagalung, Sabaruddin Yunis Bangun, dan R. Syaifullah D. Sihobing (2025) melakukan penelitian dengan judul "Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Video Materi Pembelajaran Smash Bola Voli Tingkat SMA Sederajat". Penelitian ini bertujuan: (1) mengembangkan media pembelajaran interaktif berbasis video pada materi smash bola voli siswa SMA, dan (2) mengetahui efektivitasnya dalam meningkatkan keterampilan hasil belajar siswa. Metode yang digunakan adalah Research and Development (R&D) model Sugiyono yang disederhanakan menjadi 8 tahapan. Hasil validasi awal menunjukkan rata-rata 79% (kriteria "layak"), uji coba kelompok kecil (15 siswa) memperoleh 80% ("valid"), dan uji coba kelompok besar (30 siswa) memperoleh 81% ("sangat layak"). Disimpulkan bahwa media pembelajaran interaktif berbasis video ini layak digunakan dalam pembelajaran smash bola voli di SMA (Hutagalung dkk. 2025).

5. Bayu Aji Nugroho (2024) Penelitian ini bertujuan untuk menilai keterampilan teknik dasar bola voli mahasiswa, menyusun norma gerak dasar, dan menentukan status keterampilan dasar pada mahasiswa Program Studi Penjasokesrek STKIP Modern Ngawi. Menggunakan metode survey normatif dengan sampel yang diambil secara proporsional, data dikumpulkan melalui tes keterampilan seperti *passing* atas, *passing* bawah, *servis* atas, *servis* bawah, dan *smash*. Analisis data dilakukan dengan ANAVA, T-Score, dan penyusunan norma. Hasil penelitian menunjukkan norma keterampilan voli dalam kategori kurang sekali, kurang, sedang, cukup, baik, dan baik sekali. Sebagian besar mahasiswa berada dalam kategori "cukup", diikuti kategori "sedang", "baik", "kurang", "baik sekali", dan "kurang sekali" (Nugroho, 2024).
6. Muhammad Fauzi, Mashud, dan Perdinanto (2024) Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak. Dengan demikian untuk menjadi regu atau tim yang kompak maka semua pemain harus memiliki keterampilan bermain voli yang baik. Keterampilan seorang pemain bola voli yaitu *passing*, *servis*, *block* dan *smash*. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengkaji seberapa baik keterampilan teknik dasar pada atlet bola voli ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Banjarbaru. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif sedangkan teknik pengumpulan data

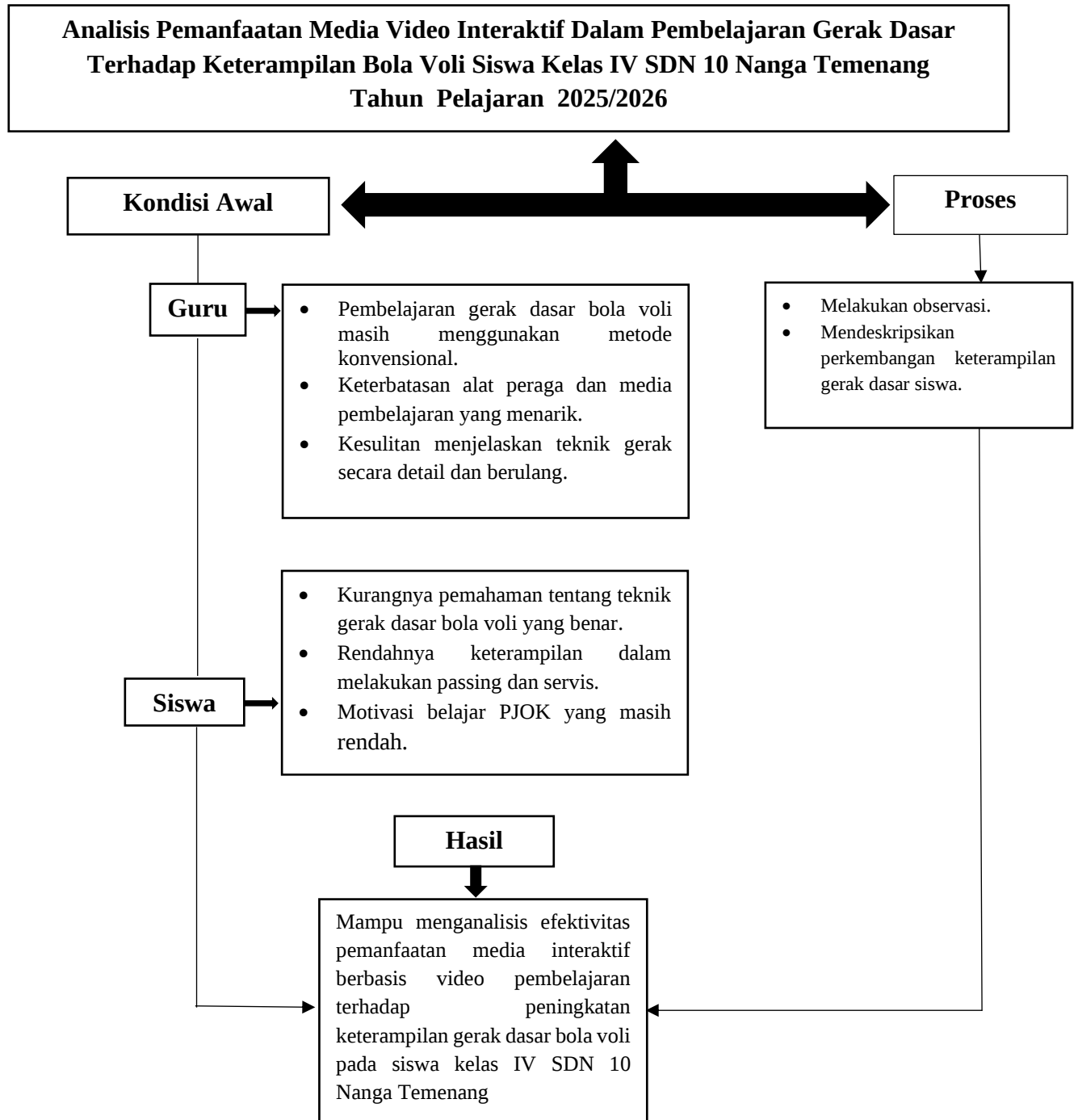
menggunakan braddy wall volleyball modifikasi. Hasil *passing* atas ini menunjukkan bahwa kategori untuk keseluruhan peserta ekstrakurikuler sangat baik 0 peserta, baik 0 peserta, sedang 3 peserta (18,75%), kurang 10 peserta 10 peserta (62,5%), kurang sekali 3 peserta (18,75%) (Nor dkk., 2024).

7. Dwi Agil Satria dan Arifai (2025) Penelitian ini bertujuan menganalisis keterampilan teknik dasar permainan bola voli pada siswa kelas 10 SMAN 01 Bumi Agung menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif melalui tes keterampilan dan kuesioner. Dari 30 siswa yang diuji, 33% berketerampilan di atas rata-rata, 40% rata-rata, dan 27% di bawah rata-rata. Faktor yang mempengaruhi keterampilan meliputi frekuensi latihan, motivasi, dan kondisi fisik. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan frekuensi dan kualitas latihan secara terstruktur serta perhatian terhadap kebugaran fisik siswa guna mendukung perkembangan keterampilan teknik dasar bola voli (Satria & Arifai, 2025).
8. Yuni Astuti dan Erianti (2023) Penelitian ini bertujuan mengetahui penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 34 Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, yang dilatarbelakangi oleh rendahnya prestasi bermain bolavoli siswa. Menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan sampel 33 siswa dari 55 anggota ekstrakurikuler bolavoli melalui teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya 14 siswa (42,42%) yang

memiliki nilai penguasaan teknik dasar di atas rata-rata, sementara 19 siswa (57,58%) berada pada atau di bawah rata-rata. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa masih tergolong rendah (Astuti & Erianti, 2023).

C. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual penelitian ini menggambarkan alur dari kondisi awal, proses pembelajaran, hingga hasil yang diharapkan dalam pembelajaran gerak dasar bola voli di SDN 10 Nanga Temenang. Pada kondisi awal, pembelajaran masih didominasi metode konvensional, dan meskipun media video pernah digunakan, pemanfaatannya masih jarang dan belum optimal sehingga siswa kesulitan memahami detail teknik gerakan. Hal ini menyebabkan keterampilan siswa dalam melakukan passing dan servis masih rendah serta motivasi belajar belum maksimal. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan upaya perbaikan melalui pemanfaatan media video interaktif dengan mengombinasikan metode konvensional dan video interaktif agar siswa dapat mengamati gerakan secara lebih jelas, berulang, dan mandiri. Melalui proses tersebut diharapkan keterampilan gerak dasar bola voli siswa meningkat, motivasi belajar menjadi lebih baik, serta pembelajaran menjadi lebih efektif, menarik, dan mudah dipahami.



Gambar Bagan 2.1 Kerangka Konseptual