

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Variasi Mengajar

variasi adalah suatu bentuk perubahan dalam proses kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi atlet, serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan, variasi dilakukan untuk meningkatkan prestasi siswa menjadi lebih baik dan variasi juga menghilangkan rasa jenuh dalam proses kegiatan latihan.

Menurut Husdarta (2013: 70) variasi gaya mengajar merupakan kemampuan guru mengubah perilakunya disesuaikan dengan aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar. Untuk mengatasi kejenuhan dan kebosanan siswa dalam bermain, guru perlu menggunakan materi variasi secara berkelompok. Di samping itu variasi juga dilakukan dalam mengatur atau mendosis beban permainan, seperti pengaturan istirahat pemulihan dalam metode interval dengan memperpanjang atau memperpendek waktu pemulihan sesuai dengan tujuan olahraga. Oleh karena itu, para guru harus memikirkan bagaimana supaya siswa tidak bosan bermain, karena kebosanan akan dapat mengurangi motivasi untuk bermain.

Menurut Supriadi (2012: 156) Variasi dalam kegiatan pembelajaran dimaksud sebagai upaya dalam menciptakan kondisi belajar bervariasi melalui pola yang bervariasi sehingga pembelajaran selalu menarik dan efektif. Menurut Mahardika (2013) dalam permainan ini <sup>7</sup> yang diberikan kepada siswa bentuk permainan yang bervariasi agar tidak timbul rasa bosan dalam mengikuti

permainan. Permainan ini ada kelompok yang diberikan guru yaitu tentang *passing* atas berkelompok dan setiap kelompok terdiri dari 4 sampai 5 orang siswa.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa variasi mengajar yaitu mengembangkan pola pembelajaran yang variatif, memelihara pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan serta untuk mendorong peserta didik lebih antusias, bergairah, penuh perhatian, dan berperan aktif.

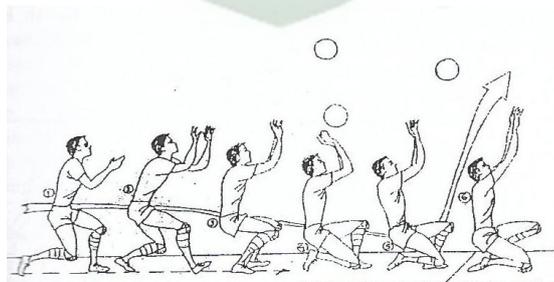
## 2. Bentuk-bentuk Variasi Mengajar

Untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas bolavoli, Yudiana (2010) menerapkan beberapa bentuk latihan:

### 1. *Passing* atas pada bola rendah

Cara pelaksanaan:

Seegera rendahkan badan dengan cara menekuk lutut hingga salah satunya menyentuh lantai agar dapat menempatkan badan dibawah bola. Gerak tangan sama dengan *passing* aras normal. Jika bola jauh dari jangkauan, sebelumnya dekati bola dengan cara berlari, kemudian seegera rendahkan badan, prinsipnya bola tetap dimainkan di atas depan dahi.



Gambar 1 Cara *Passing* Atas Pada Bola Rendah  
(Yudiana 2010: 49)

2. *Passing* atas pada bola yang datang ke belakang

Cara pelaksanaan:

Segera tempatkan badan di bawah bola dengan melakukan langkah mundur hingga benar-benar bola berada di atas depan dahi.



Gambar 2 Passing Atas Pada Bola Yang Datang Kebelakang  
(Yudiana 2010: 50)

3. *passing* atas dengan melompat

Cara pelaksanaan:

Passing batas ini biasanya dilakukan dengan bola yang datang mau masuk ke bidang lapangan lawan, pemain ingin cepat melakukan serangan, atau bola yang datang ke belakang tapi masih dapat dijangkau oleh cara meloncat.



gambar 3 Passing Atas Sambil Melompat  
(Yudiana 2010: 51)

### 3. Hakikat *Passing* Atas Bolavoli

*Passing* atas dalam bolavoli adalah mengumpan bola kepada teman seregu yang biasanya dilakukan untuk membuat serangan yang mematikan bagi regu lawan, namun bila dapat kesempatan yang baik, *passing* atas bisa juga digunakan sebagai serangan dengan menempatkan bola ketempat yang kosong. *Passing* atas merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai para pemain bolavoli. Menurut Subroto ( 2010 : 47 ) *Passing* atas adalah cara memainkan bola di atas depan dahi dengan menggunakan kedua jari tangan. *Passing* atas biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun dari kawan seregu, yang memiliki ciri melambung dan kecepatannya mudah diprediksi.

*Passing* atas adalah cara mengoper bola kepada teman satu tim, selain itu *passing* atas merupakan suatu langkah awal untuk menyusun serangan Aji ( 2016 : 39 ). *Passing* atas harus dikuasai oleh setiap pemain bolavoli karena permainan bolavoli cara memainkannya dengan banyak melakukan *passing*. Teknik ini lebih mengutamakan kekuatan jari-jemari kedua tangan. Pemain yang dituntut memiliki keterampilan lebih dalam teknik ini adalah mereka yang berposisi sebagai *tosser* atau pengumpan Hidayat (2017:45)

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *passing* atas dalam bolavoli merupakan hal yang sangat penting dalam latihan maupun pertandingan. Karena *passing* atas ini disamping membuat pola penyerangan juga bisa memberikan poin kepada tim dengan gerakan tipuan *passing* atas.

#### 4. Teknik *Passing* Atas Bolavoli

Selain harus menguasai teknik servis bawah, servis atas dan *passing* bawah, kita juga harus menguasai teknik *passing* atas. Teknik *passing* atas bolavoli adalah mengumpan bola kepada teman seregu yang biasanya di lakukan untuk membuat serangan yang mematikan bagi regu lawan. Dalam pertandingan bolavoli *passing* atas diperlukan agar pemain dapat berhasil dan dapat mengasah keterampilan mengolah bola. Menurut Beutelstahl (2011 : 21) tahapan-tahapan untuk melakukan *passing* atas dalam beberapa bentuk gerakan yaitu:

a) Tahap Pertama

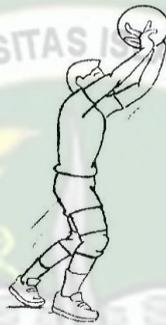
Pemain mempersiapkan diri dengan stance dasar, kedua lutut ditekuk sedikit, jarak antara kedua kaki kira-kira selebar bahu kaki yang satu di depan, tubuh harus segera mengambil posisi di bawah bola berat badan bertumpu pada ujung kaki, posisi tangan di atas kepala.



Gambar 5 Posisi Siap *Passing* Atas Bolavoli  
Beutelstahl (2011 : 22)

b) Tahap Kedua

Pemain menggerakkan tubuh dan lenganya ke belakang pada waktu terjadi kontak dengan bola. Mula-mula bola disentuh dengan ujung-ujung jari yang dibebaskan selebar bungkin. Selama melakukan *passing* atas kepala selalu ditegakkan kebelakang dan kedua paha menjurus ke depan.



Gambar 6 Posisi Saat Penerimaan *Passing* Atas Bolavoli  
Beutelstahl (2011 : 22)

c) Tahap Ketiga

Pada gerakan melambung bola tumit agak sedikit terangkat dari lantai, luruskan tangan sepenuhnya pandangan kearah bola setelah itu pemain langsung pindah tempat pada posisi berikutnya.



Gambar 7 Posisi Setelah Mendorongkan Bolavoli  
Beutelstahl (2011 : 22)

## B. Kerangka Pemikiran

Penelitian ini bertitik tolak pada permasalahan siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pada pembelajaran *Passing* atas bolavoli yang dirasa kesulitan bagi sebagian besar siswa sehingga menyebabkan kurang maksimal hasil pembelajaran teknik dasar *passing* atas permainan bolavoli. Dalam pembelajaran, seorang guru hendaknya memperhatikan siswa pada saat belajar agar dapat memahami apa saja yang membuat mereka semangat belajar serta memberikan motivasi belajar bagi siswa.

Dalam mengajarkan pendidikan jasmani harus dilakukan baik dan menarik dimana pendidikan jasmani merupakan program pendidikan melalui gerak atau permainan dan olahraga yang di dalamnya terkandung gerakan, permainan atau cabang olahraga tertentu yang dipilih hanyalah alat untuk mendidik. Dalam hal ini mendidik keterampilan fisik, motorik keterampilan berfikir dan keterampilan memecahkan masalah dan juga keterampilan emosional dan sosial.

Berdasarkan kajian teori di atas, maka di kemukakan bahwa keberhasilan pembelajaran *passing* atas bolavoli dipengaruhi oleh model pembelajaran diantaranya model variasi mengajar dapat membuat siswa tersebut bersemangat untuk mengikuti pembelajaran.

## C. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan Penelitian yang diajukan sebagai jawaban sementara dari penelitian ini adalah: “Dengan menerapkan variasi mengajar dapat meningkatkan hasil belajar *passing* atas bolavoli pada siswa kelas X TKJ SMK Taruna Masmur Pekanbaru.