

# Pembelajaran Perwasitan Bola Voly Berdasarkan Learning by Doing



## PENULIS

ROSMAINI HASIBUAN  
SABARUDDIN YUNIS BANGUN  
SAMSUDDIN SIREGAR  
MUHAMMAD YAN AHADY



# PENGEMBANGAN MODEL *BY DOING* DALAM PEMBELAJARAN BOLA VOLI



**Penulis**

*Rosmaini Hasibuan*

*Samsuddin Siregar*

*Sabaruddin Yunis Bangun*

*Muhammad Yan Ahady*

*Ade Satria Hasibuan*

## **Pengembangan Model *By Doing* dalam Pembelajaran Bola Voli**

Penulis:

Rosmaini Hasibuan  
Samsuddin Siregar  
Sabaruddin Yunis Bangun  
Muhammad Yan Ahady  
Ade Satria Hasibuan

Editor:

Dr. Indra Kasih, S.Pd., M.Or.

Tata letak:

Alda Muhsi

Desain sampul:

Ahmad Hakiki

ISBN: 978-623-6639-53-5

Diterbitkan oleh:

Obelia Publisher  
(Anggota IKAPI)

Alamat:

Jl. Amaliun No. 152 Medan  
Telepon: 0853-7178-3262  
Surel: penerbit.obelia@gmail.com

Cetakan pertama, Oktober 2021

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk dan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit

## KATA SAMBUTAN

Puji dan Syukur atas rahmat yang dianugerahkan Allah Swt Tuhan Yang Maha Esa kepada penulis sehingga membuat buku ini yang berjudul "*Pengembangan Model By Doing Dalam Pembelajaran Bola Voli*". Buku ini merupakan model by doing yang dikembangkan dalam pembelajaran bola voli. Muatan materi isi buku terdiri dari konsep mode by doing, sintaks yang dikembang berdasarkan materi kontekstual, dan hakikat permainan bola voli. Diharapkan buku ini dapat menjadi sumber model bagi guru pendidikan jasmani dalam mengajarkan materi-materi bola voli.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penyusunan buku ini pasti ada kekurangan, namun penulis meyakini buku panduan ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca. Akhir kata untuk penyempurnaan buku ini, maka kritik dan saran dari pembaca sangatlah berguna untuk penulis.

Penulis

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
BAB 1. PENDAHULUAN.....	1
BAB 2. MODEL PEMBELAJARAN BY DOING.....	3
1. Model Pembelajaran.....	3
2. Do, Observation, Reflection, and Apily.....	5
3. Pembelajaran E-Learning.....	6
4. Konsep Pengembangan Model Pembelajaran .....	9
5. Sintaks Pembelajaran By Doing.....	12
BAB 3. PERMAINAN BOLA VOLI.....	18
1. Passing.....	19
2. Servis.....	23
3. Smash .....	29
4. Block .....	33
5. Perwasitan .....	34
DAFTAR PUSTAKA .....	37

# BAB I

## PENDAHULUAN

Pemerintah melalui Kemendikbud terus melakukan berbagai upaya agar mutu pendidikan Indonesia semakin meningkat. Salah satunya pada tahun 2019 kemendikbud melakukan program pendidikan pada semua jenjang pendidikan, yaitu merdeka belajar. Sistem pendidikan merdeka belajar pada prinsipnya memiliki tujuan untuk menghadapi tantangan zaman era industry data technology, di era ini hampir semua aspek kehidupan bergantung pada technology, dengan harapan untuk memperkaya dan meningkatkan kompetensi peserta didik. Melalui merdeka belajar diyakini mahasiswa dapat belajar dimanapun berada. Ruang kelas, laboratorium, lapangan, perpustakaan bukan lagi menjadi satu-satunya tempat mendapatkan pengetahuan dan keterampilan, namun industry, desa, pusat latihan, kegiatan riset juga menjadi sumber belajar bagi peserta didik.

Learning by doing merupakan experiential pembelajaran yang dimulai dari pengalaman. Melalui pengalaman-pengalaman tersebut peserta didik akan menimbulkan persepsi baru yaitu akan muncul kesulitan, kesalahan dan ketidakbisaan. Dan ini akan menjadi parameter bagi pendidik dalam menyampaikan materi melalui empat unsur tahapan yaitu tahap (1) *Do*, (2) *Observation*, (3) *Reflection*, (4) *Application*. **Do** berarti melakukan berbagai pengalaman yang bisa berbentuk latihan, simulasi dan kegiatan-kegiatan nyata. **Observation** berarti guru melakukan pengamatan selama masa *Do*. Selanjutnya guru melakukan

*reflection*, disini pendidik menginjeksi berbagai koreksi, saran dan perbaikan kepada peserta didik. Setelah ketiga tahap itu sudah dilalui, selanjutnya peserta didik melakukan **aply** atau melakukan kembali model latihan tersebut berdasarkan perbaikan yang telah diberikan pendidik. melalui model pembelajaran by doing ini, mahasiswa akan bisa belajar dimana dan kapanpun. Prediksi keunggulan model pembelajaran ini, mahasiswa akan dapat cermat, cepat dalam memahami berbagai materi dan efisien kuliah akan lebih baik sehingga keterampilan mahasiswa dalam setiap materi berbasis praktik tercapai dengan optimal.

## **BAB II**

### **MODEL PEMBELAJARAN *BY DOING***

#### **1. Model Pembelajaran**

Model pembelajaran merupakan salah satu aspek penting untuk dikuasai seorang dosen dalam menjalankan tugasnya, agar dapat memberikan layanan pembelajaran yang bermutu, baik dalam pembelajaran praktik maupun dalam pembelajaran klasikal. Terkait defenisi model pembelajaran, Agus Suprijono (2011: 45), menjelaskan model diartikan sebagai bentuk representasi akurat sebagai proses aktual yang memungkinkan seseorang atau sekelompok orang mencoba bertindak berdasarkan model itu. Kemudian pendapat lain model pembelajaran merupakan suatu kerangka konseptual yang melukiskan prosedur secara sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas pembelajaran (Ibadullah Malawi & Ani Kadarwati, Pembelajaran Tematik (Konsep Dan Aplikasi) (Magetan: CV. AE Grafika, 2017), hal. 96.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat dimaknai bahwa model pembelajaran merupakan prosedur kegiatan pembelajaran yang dirangkai mulai dari pra pembelajaran sampai akhir pembelajaran. Model pembelajaran sebaiknya mengacu pada tujuan pembelajaran, tahapan-tahapan pembelajaran, lingkungan pembelajaran dan pengelolaan kelas.



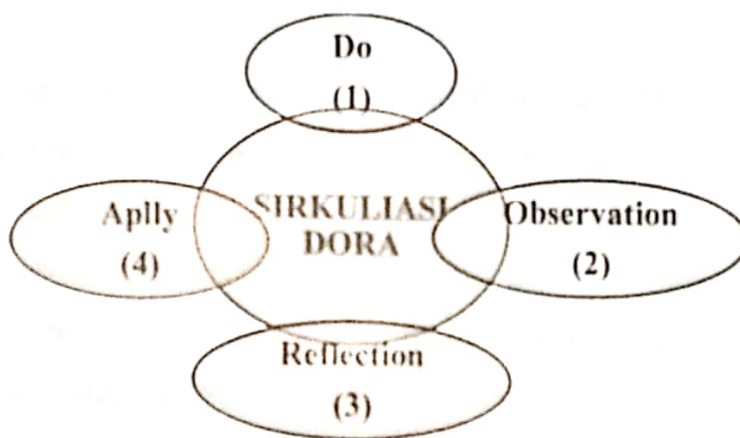
Menurut Rangke L Tobing, dkk sebagaimana dikutip oleh Indrawati dan Wawan Setiawan (2009: 27) mengidentifikasi lima karakteristik suatu model pembelajaran yang baik, yang meliputi berikut ini:

- a) Prosedur ilmiah suatu model pembelajaran harus memiliki suatu prosedur yang sistematis untuk mengubah tingkah laku peserta didik atau memiliki sintaks yang merupakan urutan langkah-langkah pembelajaran yang dilakukan guru-peserta didik.
- b) Spesifikasi hasil belajar yang direncanakan, suatu model pembelajaran menyebutkan hasil-hasil belajar secara rinci mengenai penampilan peserta didik.
- c) Spesifikasi lingkungan belajar, suatu model pembelajaran menyebutkan secara tegas kondisi lingkungan di mana respon peserta didik diobservasi.
- d) Kriteria penampilan, suatu model pembelajaran merujuk pada kriteria penerimaan penampilan yang diharapkan dari para peserta didik. Model pembelajaran merencanakan tingkah laku yang diharapkan dari peserta didik yang dapat didemonstrasikannya setelah langkah-langkah mengajar tertentu.
- e) Cara-cara pelaksanaannya, semua model pembelajaran menyebutkan mekanisme yang menunjukkan reaksi peserta didik dan interaksinya dengan lingkungan.

Peran model pembelajaran merupakan sesuatu hal penting. Menentukan model pembelajaran yang tepat tentu disesuaikan dengan tujuan pembelajarannya, disesuaikan dengan karakteristik mahasiswa dan unsur-unsur gerak dasar dari olahraga tenis meja.

## 2. Do, Observation, Reflection, and Aplly

**Do, Observation, Reflection, and Aplly** merupakan 4 (empat) langkah model yang akan dikembangkan dalam konsep *learning by doing*. Keempat dimensi langkah tersebut merupakan satu kesatuan kegiatan pembelajaran berbasis *learning by doing* dan dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran. Untuk lebih jelasnya dapat diamati gambar dibawah ini serta penjelasannya.



Gambar 1. Sirkulasi DORA

Gambar di atas merupakan siklus implementasi model ini ke dalam situasi pembelajaran praktik, yaitu (1) **Do** berarti melakukan, disini mahasiswa melakukan praktik-praktik nyata atau percobaan, simulasi latihan, kegiatan-kegiatan nyata sesuai dengan kemampuannya tanpa menyalahkan peserta didik. Sebagai sumber belajar mahasiswa ada dua yaitu dari dosen dan tempat-tempat/club pembinaan latihan tenis meja. (2) **Observation** berarti mengamati, disini dosen mengamati perkembangan latihan anak secara virtual dengan menggunakan instrumen observasi. Melalui observasi ini akan dikumpulkan informasi kelebihan dan kelemahan yang dilakukan peserta didik. Kemudian (3)

kegiatan **reflective** berarti melakukan penguatan secara mendalam atas hasil temuan observasi untuk menemukan jalan keluar atas kelemahan, kesulitan yang masih dihadapi mahasiswa/ setelah direfleksi, selanjutnya mahasiswa kembali (4) **Application** berarti kembali melakukan praktik lagi. Langkah pembelajaran *by doing* ini bersumber dari *experience learning* yaitu pembelajaran berbasis pengalaman. Pembelajaran yang berangkat dari sebuah pengalaman merupakan cara yang dapat merangsang peserta didik untuk sungguh-sungguh dalam mengikuti proses belajar mengajar.

**Do, Observation, Reflection, and Apily** merupakan pola pembelajaran yang dianggap sesuai dengan prinsip pengajaran materi praktik olahraga. Karena dalam konsep model pembelajaran ini mementingkan banyak pengulangan, sementara dalam belajar praktik olahraga unsur prinsip kontinuitas sesuatu hal yang perlu diterapkan, dalam pengertian sebuah gerakan yang benar, yang sering diulang-ulang akan semakin cepat matang keterampilan seseorang.

### 3. Pembelajaran E-Learning

E-learning merupakan pembelajaran yang dalam pelaksanaannya didukung oleh perangkat teknologi seperti telepon, *audio*, *videotape*, *transmisi satelite*, *computer* (Tafiardi. (2005). Hal senada disampaikan Rusman (2012: 293) e-learning merupakan segala aktivitas belajar yang menggunakan bantuan teknologi elektronik. Pendapat di atas diperkuat oleh pendapat Elliot Masie, Cisco, dan Cornellia (Munir, 2009: 168) menyatakan e-learning adalah pembelajaran dimana bahan pembelajaran disampaikan melalui media elektronik seperti internet, intranet, satelit, tv, CDROM, dan lain-lain. Jadi e-learning tidak hanya dapat dilakukan

dengan internet, banyak contoh media elektronik yang dapat digunakan, dan internet merupakan salah satu bagian dari e-learning.

Beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa e-learning adalah upaya melakukan proses layanan pembelajaran dengan memanfaatkan perangkat teknologi informasi internet sebagai media dalam menyampaikan informasi, materi dan komunikasi pada peserta didik.

Teknologi informasi berbasis internet dalam dimensi pendidikan sangat pesat perkembangannya, terutama dalam pemanfaatan teknologi informasi dalam layanan manajemennya maupun dalam layanan pembelajarannya. kemudian hadirnya teknologi dalam dunia pendidikan, membuat terbukanya sistem informasi yang selalu dapat diakses oleh para dosen dan mahasiswa untuk meningkatkan kapasitasnya. Melalui teknologi informasi berbasis internet juga dosen dapat memanfaatkannya sebagai sarana membangun sistem manajerial pembelajaran buat mahasiswa, menyimpan materi, memberi task, komunikasi, forum dan sampai melakukan evaluasi. Secara teknis kemudahan yang didapatkan dosen dan mahasiswa dapat melakukan pembelajaran dimana sajunpun berada tanpa harus tatap muka. Sebagaimana dijelaskan Made Wena (2019;213-214) bahwa pemanfaatan e-learning dalam konteks pembelajaran ada 2 yaitu manfaat dilihat dari sudut pandang peserta didik dan manfaat dilihat dari sudut pandang pendidiknya. Dari sudut pandang peserta didik, akan membuat kegiatan belajar yang dilakukan lebih dinamis dan fleksibel, sehingga dimana sajunpun peserta didik memiliki kesempatan untuk mengakses materi lebih banyak. Selanjutnya dikatakan dinamis dan fleksibel, artinya peserta didik dalam menjalin interaksi belajar mengajar dengan pendidik dapat diwujudkan

kesepakatan kapan saja bisa dilakukan. Kemudian dari sudut pandang pendidiknya, adanya e-learning dapat membuat pendidik lebih luas dalam memberikan sumber-sumber belajar bagi peserta didiknya, mengontrol perilaku belajar peserta didiknya baik dalam proses pembelajaran maupun dalam proses evaluasi.

Sekalipun banyak manfaat system e-learning tersebut dalam pembelajaran, namun bukan berarti tidak ada kelemahannya. Menurut Munir (2009;176-177) ada 5 (lima) kelemahan dari proses pembelajaran yang dilakukan melalui e-learning, bila tidak dikelola dengan tepat, yaitu :

- a) Akan menimbulkan minimnya interaksi belajar antara peserta didik dengan pendidik, karena pembelajaran dilakukan secara virtual
- b) Pembelajaran e-learning tergantung pada jaringan internet, padahal jaringan internet sering terganggu karena disebabkan oleh alam
- c) Pendidik lemah dalam menguasai model, metode dan strategi pembelajaran yang sesuai system e-learning
- d) Minimnya motivasi yang dapat diberikan pendidik
- e) Tidak semua peserta didik mahir dalam memanfaatkan fasilitas teknologi informasi yang disediakan pendidik.

Berdasarkan uraian di atas, e-learning memiliki kelebihan dan manfaat, sehingga dapat dipahami pembelajaran e-learning merupakan sistem pembelajaran yang layak diterapkan dan dikembangkan dalam pembelajaran, baik itu dalam pembelajaran secara konvensional maupun dalam pembelajaran jarak jauh. Namun perlu diperhatikan oleh pendidik bahwa dalam memanfaatkan sistem e-learning perlu meminimalisir

berbagai kelengkapan yang ada, agar hakikat dan tujuan pembelajaran tetap tercapai secara optimal.

#### **4. Konsep Pengembangan Model Pembelajaran**

*Model developers can achieve adaptable and flexible frameworks for developing tools useful for decision management* (Gobeyn et al., 2019). Gobeyn menjelaskan bahwa pengembang model dapat mencapai kerangka kerja yang mudah beradaptasi dan fleksibel untuk mengembangkan alat yang berguna untuk manajemen keputusan. Berbagai model pembelajaran yang telah dikembangkan secara intensif melalui berbagai penelitian, tujuannya untuk meningkatkan kerjasama akademik antar peserta didik, membentuk hubungan positif, mengembangkan rasa percaya diri, serta meningkatkan kemampuan akademik melalui aktivitas individu maupun kelompok sehingga tujuan pembelajaran tercapai dengan optimal. Adapun langkah-langkah yang akan dilakukan dalam pengembangan model pembelajaran by doing berbasis e-learning sebagai berikut:

a) Analisis kebutuhan

Analisis kebutuhan dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang ada dalam proses pembelajaran dilihat dari pembelajaran bola voli yang dilakukan dosen dengan mahasiswa selama masa pandemi covid-19 belum berjalan secara efisien dan efektif, sehingga dalam mencapai tujuan pembelajaran yang tercantun dalam rencana pembelajaran tidak tercapai dengan tuntas. Dilihat dari aspek alat bantu pembelajaran yang digunakan selama belajar dari rumah (pandemi covid-19) sangat terbatas, belajar (mandiri) praktik tenis meja dari rumah dengan sumber

bahan ajar, *power point*, buku, modul dan youtube bagi mahasiswa kurang efektif bagi pemula.

b) Menganalisis materi berdasarkan kurikulum

Materi pembelajaran merupakan salah satu komponen hal penting dalam pengembangan model ini, untuk mewujudkan tujuan yang akan dicapai. Materi pelajaran dipilih seoptimal mungkin agar dapat membantu peserta didik dalam mencapai tujuan. Secara garis besar cakupan materi yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah berbagai gerak teknik dasar pukulan yang ada dalam permainan tenis meja.

c) Menyusun model

Sebagaimana diutarakan (Abdul Majid, 2005) bahwa pengembangan model pembelajaran adalah tahapan proses mendesain pembelajaran secara nalar, logis dan sistematis dalam rangka untuk menetapkan segala sesuatu yang akan dilaksanakan dalam proses kegiatan belajar dengan memperhatikan potensi peserta didik. (Harsuki, 2012) berpendapat setiap aktivitas yang dirancang harus memiliki tujuan untuk memperbaiki keterampilan seseorang, berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya. Berikut susunan variasi model, dibuat melalui beberapa tahapan-tahapan, yaitu :

- Membuat penamaan

Pada tahap penamaan model akan disesuaikan dengan karakteristik jenis variasi yang dibuat.

- Menentukan tujuan

Tujuan disesuaikan dengan kompetensi yang terdapat dalam kurikulum, dilihat dari dimensi kognitif, afektif dan

psikomotornya. Untuk hal ini, karena pembelajaran ini adalah praktik, akan ditamakan pada tujuan keterampilan.

- Unsur-unsur yang dicapai  
Menentukan aspek gerak dan unsur gerak yang dicapai pada setiap variasi model yang akan disusun
- Menyusun tahapan pelaksanaan  
Tahapan pelaksanaan disusun dari awal pelaksanaan setiap variasi model sampai akhir pelaksanaan. Dalam menyusun tahapan ini disesuaikan dengan gambaran kondisi kelas, sarana prasarana dan jumlah pengguna
- Menetapkan alat dan media yang digunakan  
Setiap variasi model ditetapkan kelengkapan alat dan media yang digunakan. Pemilihan alat dan media disesuaikan dengan kondisi lingkungan rumah mahasiswa.
- Menetapkan kelebihan dan kelemahannya  
Kelebihan yang dijelaskan pada setiap variasi adalah nilai kebermanfaatan penggunaan model dan kelemahannya sesuatu hal yang perlu dihindari oleh pengguna ketika menggunakan variasi model.
- Membuat video tutorialnya  
Video dirancang untuk memperkuat dan memperjelas tahapan pelaksanaan setiap variasi model, agar pengguna tidak merasa kebingungan ketika menggunakan model ini. Video didesain dengan warna dan bentuk yang menarik, dilengkapi dengan simbol-simbol petunjuk/arah dan objek gambar juga dibuat dengan sebaik mungkin. Dapat dipastikan pada pengguna hanya



dengan mengamati video, model akan dapat diterapkan oleh pengguna.

Begitulah deskripsi model pembelajaran tutorial yang dikembangkan, diharapkan dapat mengoptimalkan proses pembelajaran bola voli yang efisien dan efektif, khususnya bagi peserta didik yang belum terampil.

## **5. Sintaks Pembelajaran *By Doing***

### **A. Simulasi (*Critical Thinking*)**

#### a) Pertemuan 1. Mapping informasi

Pada kegiatan ini mahasiswa memetakan materi pokok perwasitan yang harus dikuasai mahasiswa, ini dapat dilihat dari rencana pembelajaran semester. Pemetaan materi ini dilakukan untuk memudahkan mahasiswa dalam menentukan sasaran yang akan dijadikan sebagai sumber informasi dan agar mahasiswa lebih sistematis dalam menggali informasi. Persyaratan dokumen yang disiapkan dosen pada tahap ini adalah adanya Rencana Pembelajaran khusus materi perwasitan. Kegiatan mapping informasi dapat dilakukan secara kelompok maupun individu. Melalui kegiatan ini langkah yang akan dilakukan lebih sistematis dalam menentukan materi pokok yang akan diperbaiki atau ditingkatkan.

#### b) Pertemuan 1-1. Mengumpulkan Informasi

Pada kegiatan ini mahasiswa secara mandiri melakukan braimstorming, mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya terkait materi perwasitan permainan bola voli. Mahasiswa harus mempersiapkan lembar braimstorming agar informasi yang digali terdokumentasi dengan baik dan agar dapat memimalisir terjadinya

misdata. Sumber yang dapat dijadikan mahasiswa dalam kegiatan brainstorming ini, bisa berupa ahli perwasitan, youtube dan buku-buku yang relevan. Kegiatan ini dapat dilakukan mahasiswa secara berkelompok maupun secara individu, dalam hal ini dosen dapat mengarahkan mahasiswa.

c) Pertemuan 2. Analisa Setiap Informasi

Informasi yang dikumpulkan mahasiswa dianalisis dan disusun dalam bentuk laporan. Laporan ini merupakan langkah-langkah dan bentuk keputusan yang dijadikan sebagai acuan mahasiswa pada tahap kegiatan praktik, sehingga pada tahap ini mahasiswa sudah memiliki konsep yang jelas terkait materi perwasitan.

d) Pertemuan 2-2. Persiapan

Melakukan pertemuan dan koordinasi dengan tim yang dilibatkan dalam kegiatan praktik. Tim terdiri dari mahasiswa, pengamat dan dosen. Persiapan ditekan pada apa-apa saja yang diperlukan agar tahap simulasi dapat berjalan dengan baik. Seperti rencana simulasi, media dan alat, tempat, lembar rubrik pengamatan dan alat rekam video.

e) Pertemuan 3. Implementasi

Implementasi dilakukan apabila perencanaan sudah matang dengan harapan untuk menguji program simulasi apakah dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai. Untuk mengukur Pada tahap kegiatan ini dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. Metode yang dapat digunakan dalam simulasi dengan metode ceramah, tutor sebaya, metode latihan dan demonstrasi.

## **B. Observasi (*Problem Solving*)**

1) Mengetahui Masalah dan Tujuannya

Strategi menentukan masalah, mahasiswa melakukan analisis berdasarkan hasil simulasi yang dilakukan sebelumnya. Kemudian mahasiswa menetapkan masalah yang disusun dari topik materi yang akan dipelajari dan ini dijadikan sebagai objek yang akan diobservasi. Masalah dapat disusun dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan yang membutuhkan jawaban atau solusi. Dalam menentukan masalah mahasiswa dapat melakukannya melalui diskusi bersama teman sebaya. Setelah masalah sudah ditetapkan mahasiswa dapat memutuskan tujuan observasi.

#### 2) Menentukan Objek Yang Di Observasi

Objek observasi yang dimaksudkan dalam hal ini adalah sumber informasi yang dapat dijadikan untuk mengatasi atau menjadwalkan permasalahan mahasiswa. maka objek yang akan diobservasi harus sesuai dengan masalah yang dihadapi dan apa yang menjadi tujuan observasi. Objek yang bisa diobservasi seperti pertandingan/event, video you tube yang ada kaitan dengan materi.

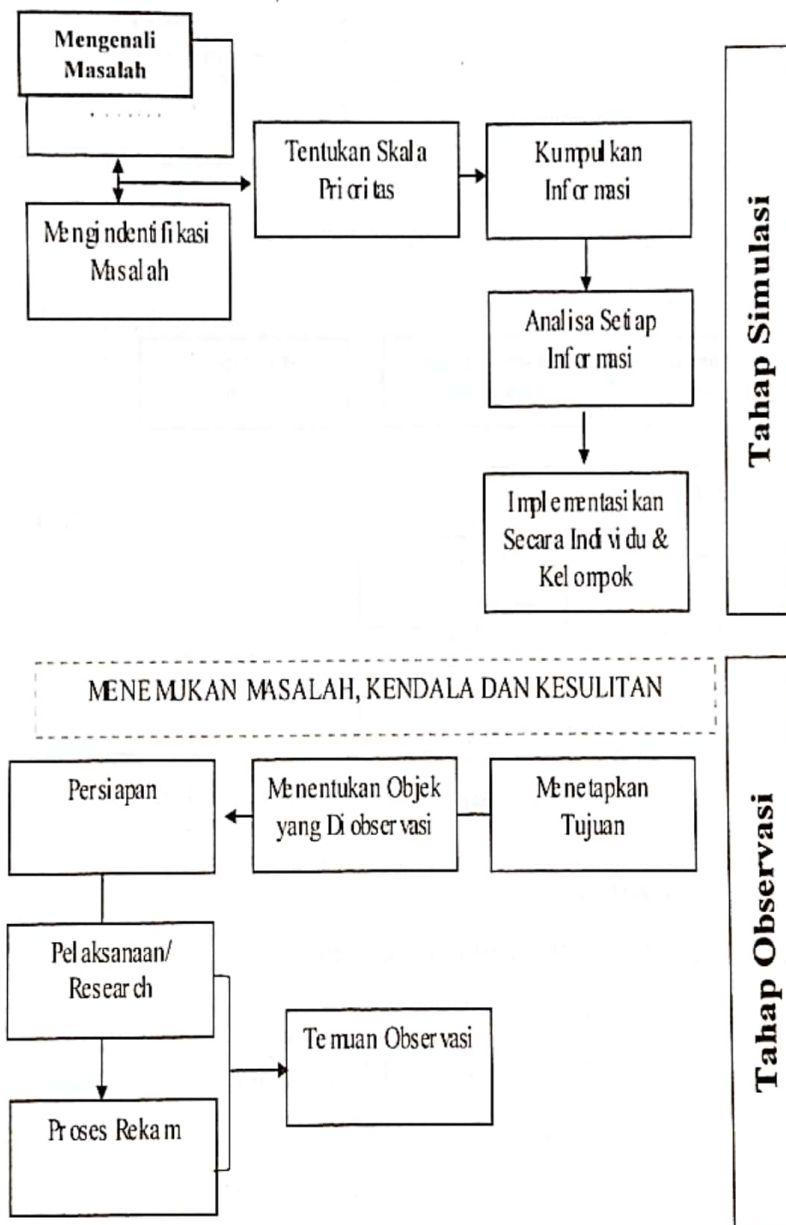
#### 3) Persiapan Observasi

Persiapan observasi tujuannya untuk melengkapi kebutuhan yang diperlukan selama observasi, meliputi ; tim, rubrik observasi, alat dan media, schedule, dan surat menyurat. Kegiatan persiapan dilakukan dengan diskusi antara mahasiswa, tim dan dosen. Segala sesuatu yang menjadi ketetapan melalui diskusi, dijadikan sebagai dasar pelaksanaan observasi.

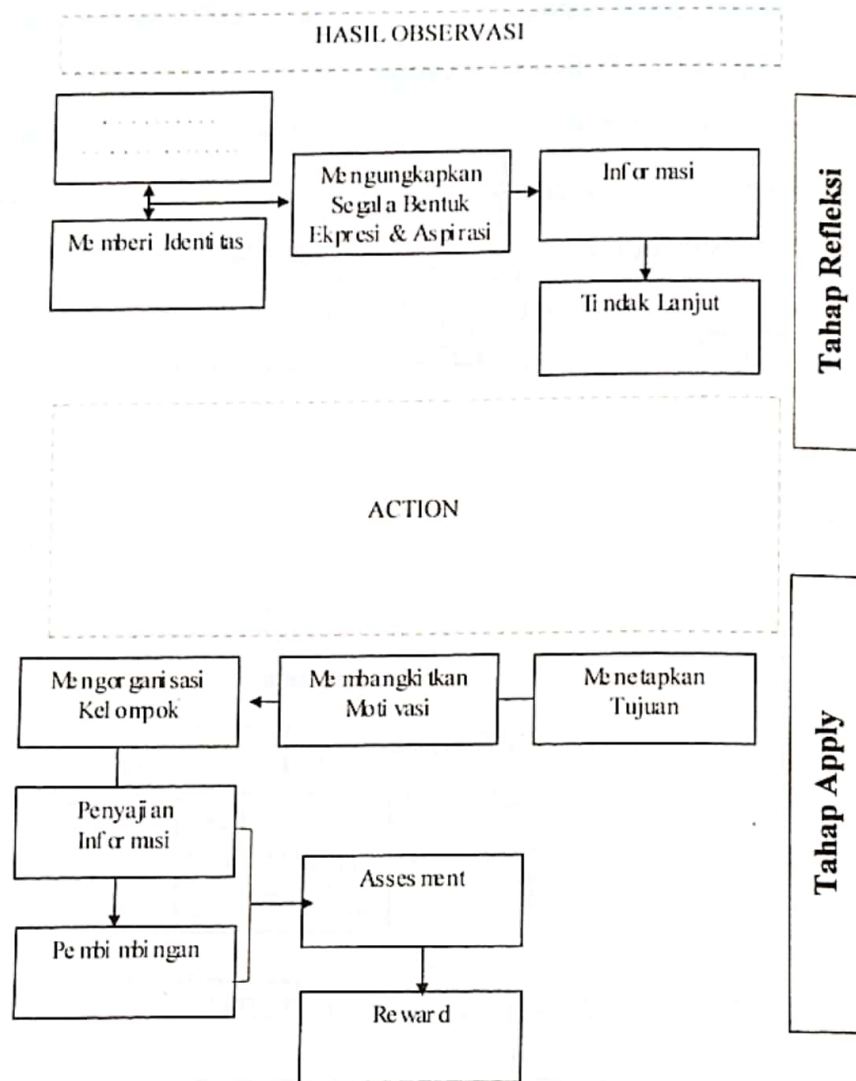
#### 4) Mencatat Informasi (Merekam)

Selama observasi mahasiswa melakukan pengumpulan informasi berdasarkan rubric observasi yang disediakan sebelumnya. Kegiatan ini dapat dilakukan secara berkelompok maupun individu. Perlu koordinasi

antara mahasiswa dengan dosen terkait pelaksanaan observasi untuk mengatasi setiap kendala-kendala yang dihadapi mahasiswa. Selama observasi mahasiswa harus melakukan dokumentasi yang dapat dilakukan dengan cara merekam kegiatan. Untuk lebih jelasnya dapat diamati gambar berikut ini.



Gambar 2. Alur Penerapan Tahap Simulasi-Observasi



Gambar 3. Alur Penerapan Tahap Refleksi dan Apply

### C. Reflecting (Kreativity)

- a) Menyiapkan Lembar Refleksi (Kertas)
- b) Memberi Identitas
- c) Mengungkapkan Segala Bentuk Ekspresi (Kesan, Aspirasi, Kritik)
- d) Kebebasan Ungkapan Baik Negative Maupun Positif
- e) Ungkapan Aspirasi Dan Saran Untuk Tindak Lanjut
- f) Informasi

**D. Apply (*Comunication and Colaboration*)**

- 1) Penyampaian Tujuan Pembelajaran
- 2) Membangkitkan Motivasi
- 3) Mengorganisasi Kelompok
- 4) Penyajian Informasi (Demonstrasi)
- 5) Membimbing Dan Mengorganisasi Kelompok
- 6) Asesmen Pelaksanaan

## BAB IV

### PERMAINAN BOLA VOLI

Permainan bola voli salah satu jenis olahraga permainan yang wajib dipelajari oleh seorang mahasiswa yang mengambil Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Secara defenisi permainan olahraga ini telah banyak dikemukakan para ahli. Seperti (Munasifah, 2009) menyatakan bahwa, "permainan bolavoli adalah permainan yang dilakukan dua regu, yang masing- masing terdiri dari enam orang. Bola dimainkan diudara dengan melewati net, setiap regu hanya bisa memainkan bola tiga kali pukulan".selanjutnya dari (Nikos et al., 2010), menyatakan bahwa:

*Volleyball is an interactive game and can be divided into the two main phases of attack and defense, each having three or four sequential skill events that are expected to occur sequentially in a hierarchical order.*

Makna yang diutarakan (Nikos et al., 2010) dapat dipahami bahwa permainan bolavoli adalah jenis olahraga yang dapat dimainkan dua group yang saling berlawanan. Dari masing-masing group mempunyai 6 orang pemain. Karena permainan dilakukan antar group kesannya ada unsur kompetisi sehingga bagi siapa yang memainkan permainan ini akan memabngkitkan rasa tertarik dan menyenangkan. Berdasarkan pendapat para hali tersebut dapat disimpulkan permainan bola voli merupakan permainan olahraga tangan yang dilakukan secara beregu pada lapangan berbentuk bujur sangkar dengan ukuran panjang

18 meter dan lebar 9 meter dengan tujuan untuk mendapat poin sebanyak-banyaknya.

Keterampilan seseorang dalam memainkan olahraga ini, harus terlebih dahulu menguasai berbagai teknik dasar yang ada dalam permainan ini, seperti teknik servis, *passing*, *smash*, dan *blocking* (Ahmadi, 2008). Tentu agar teknik-teknik tersebut dapat dikuasai perlu semangat latihan yang sungguh-sungguh dari pendidik, pelatih dan siswa/atlet serta pola latihan atau belajar yang terstruktur.

### **1. *Passing* dalam Permainan Bola Voli**

Passing dalam permainan bola voli merupakan gerakan mengoper bola pada teman dengan tujuan untuk mengatur strategi penyerangan pada lawan sehingga dapat memperoleh poin. Passing dalam jenisnya ada 2 yaitu passing bawah dan passing atas. Kedua jenis passing ini memiliki struktur gerak yang berbeda, sehingga untuk melakukannya butuh latihan yang berulang-ulang.

#### **a) *Passing Bawah***

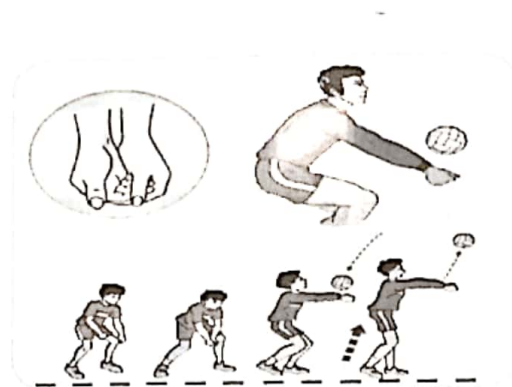
Teknik dasar passing bawah merupakan proses gerakan tangan menerima bola di bawah badan pemain. Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992/1993: 189) mengatakan, Pass (*passing*) bawah adalah mengambil bola yang berada di bawah badan atau bola dari bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari siku sampai pergelangan tangan yang dirapatkan), baik untuk dioperkan kepada kawan, maupun langsung ke lapangan lawan melalui di atas jaring.

Passing bawah dalam permainan bola sangat besar perannya, khususnya untuk mengontrol bola saat menerima servis, smash tajam dari lawan dan juga untuk mengumpan pada teman. Menggunakan



teknik ini dalam setiap servis dan *smash* lebih dominan dibandingkan dengan passing atas, dengan demikian seorang pemain bola voli diwajibkan agar menguasai teknik ini dengan mahir.

Pola gerak teknik passing bawah ada tiga struktur yaitu sikap gerak pada saat persiapan, sikap gerak pada saat pelaksanaan dan sikap gerak pada saat tahap akhir. Ketiga struktur ini merupakan komponen yang saling terkait secara sistematis, dalam artian bila ingin menguasai sikap gerak pada saat pelaksanaan maka harus terlebih dahulu menguasai sikap gerak saat persiapan. Prinsip sistematis ini harus menjadi pedoman bagi seseorang yang ingin mempelajari passing baik itu atlet, pelatih dan juga guru pendidikan jasmani. Deskripsi gerakan passing bawah dapat diamati pada gambar berikut ini.



Gambar 4. Deskripsi Pelaksanaan Teknik Passing Bawah Bola  
Voli

Menurut Toto Subroto (2010:51) struktur gerak melakukan passing bawah ada 3 tahap yaitu; Tahap sikap permulaan Sikap siap normal, yaitu berdiri dengan salah satu kaki di depan, lutut sedikit ditekuk, badan sedikit dibungkukkan, titik berat badan bertumpu

pada kedua tapak kaki bagian depan, sehingga posisi badan labil. Kedua lengan siap di depan dada dalam kondisi rileks. Tahap pelaksanaan Bergerak ke arah jatuhnya bola, kedua tangan dirapatkan, ayunkan lengan ke arah bola dan sasaran dengan poros gerak pada persendian bahu, kedua sikut lurus dan ditegangkan (difixir). Perkenaan bola pada bagian 15 pergelangan tangan pada waktu lengan membentuk kira-kira 45 derajat dengan badan. Bola dipukul pada 1/3 bagian bawah bola. Tahap gerak lanjut, setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk kembali ke posisi siap untuk memainkan bola berikutnya.

#### **b) *Passing Atas***

Teknik dasar passing atas merupakan proses gerakan tangan menerima bola di depan kepala pemain dengan menggunakan jari-jari tangan untuk dioper kepada teman atau diseberangkan kelapangan lawan. Peran teknik ini saat permainan bola voli lebih dominan menerima bola-bola yang lambat dan untuk mengumpan pada smasher atau penyerang, teknik ini juga bisa untuk mengelabui lawan dalam memperoleh poin.

Konsep gerak teknik passing bawah ada tiga struktur yaitu sikap gerak pada saat persiapan, sikap gerak pada saat pelaksanaan dan sikap gerak pada saat tahap akhir. Ketiga struktur ini merupakan komponen yang saling terkait secara sistematis, dalam artian bila ingin menguasai sikap gerak pada saat pelaksanaan maka harus terlebih dahulu menguasai sikap gerak saat persiapan. Prinsip sistematis ini harus menjadi pedoman bagi seseorang yang ingin mempelajari passing baik itu atlet, pelatih dan juga guru pendidikan jasmani. Berikut deksripsi pelaksanaan gerak passing atas.



Gambar 5. Deskripsi Pelaksanaan Teknik Passing Atas Bola Voli

Menurut M. Yunus, (1992: 122) langkah-langkah melakukan *passing* atas adalah sebagai berikut : (1.) Sikap Permulaan, Ambil sikap 11 siap normal dalam permainan bolavoli, yaitu: kedua kaki berdiri selebar dada, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah, tempatkan badan secepat mungkin dibawah bola, dengan kedua tangan diangkat lebih tinggi dari dahi, dan jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan seperti setengah lingkaran bola. (2.) Gerak Pelaksanaan, Tepat saat bola berada diatas dan sedikit di depan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong bola. Perkenaan bola pada permukaan jari-jari ruas pertama dan kedua, dan yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Pada waktu perkenaan dengan bola, jari-jari agak ditegangkan, kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul baik.(3.) Gerak Lanjutan, Setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan kedepan atas sebagai suatu gerakan lanjutan, diikuti dengan memindahkan berat badan kedepan dengan melangkahkan kaki

belakang kedepan dan segera mengambil sikap siap dalam posisi normal.

## **2. Servis dalam Permainan Bola Voli**

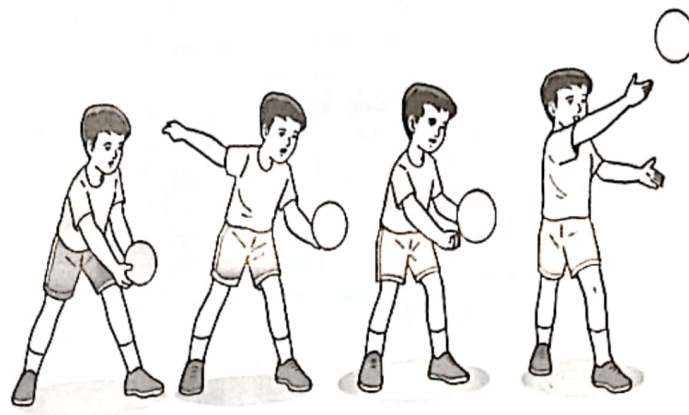
Teknik servis dalam permainan bola voli merupakan teknik yang digunakan untuk mengawali sebuah permainan. Secara defenisi disebutkan servis adalah upaya menyeberangkan bola melewati net setiap kali servis (Ahmadi, 2008). Dalam penggunaan servis yang baik saat bermain, ada 5 (lima) yang mesti diperhatikan oleh *server* (orang yang servis), yaitu (1) Rekonsentrasi saat melakukan servis, (2) Bola yang dipukul diusahakan masuk ke daerah lawan, (3) Usahakan bola servis dilakukan dengan cepat, keras, dan tepat, (4) Melihat dan mempelaj ari pemain lawan yang lemah terhadap pukulan servis, (5) Arahkan bola ke posisi yang kosong atau posisi yang lemah pada regu lawan.

Sampai dengan saat ini macam servis dalam permainan bolavoli ada 5 (lima), diantaranya servis lengan bawah (*under servis*), servis tangan samping (*side hard service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), servis *topspin* dan servis loncat (*jump servis*).

### **a) Servis Bawah**

Servis bawah dapat disebut sebagai servis bagi pemain pemula. Servis ini tidak dapat diandalkan sebagai cara untuk menyerang lawan, karena hasil servis ini sedikit agak lambat dan terkadang melambung sehingga mudah untuk diterima dan dikontrol lawan. Sebagaiman disebutkan (Beutelstahl, 2016) bahwa servis

bawah adalah servis yang paling populer dan paling sering digunakan, karena servis ini merupakan servis yang paling mudah, dan dengan servis ini bola dapat dikuasai dengan lebih teliti dibanding servis lain. (Barbara L. Viera, Bonnie Jill Ferguson, 2000) kelebihan servis bawah adalah mudah dilakukan, sedangkan kekurangan servis ini adalah lintasan bola melambung tinggi sehingga mudah diterima lawan. Berikut gambar deskripsi pelaksanaan servis bawah bola voli.



Gambar 6. Deskripsi Pelaksanaan Teknik Gerak Servis Bawah Bola Voli

Pelaksanaan servis ini diawali dari tahap persiapan, tahap perkenaan. Berikut tahapan-tahapan dalam melaksanakan servis bawah :

- Tahap persiapan yaitu berdiri tegak, kaki kiri di depan dengan lutut agak dibengkokan, kaki kanan kebelakang lurus, badan agak condong ke depan dan berat badan berada pada kaki kiri (kaki depan). Tangan kiri memegang bola di depan badan, dan tangan kanan lurus kebelakang dengan jari-jari tangan disatukan dan telapak tangan dicekungkan.

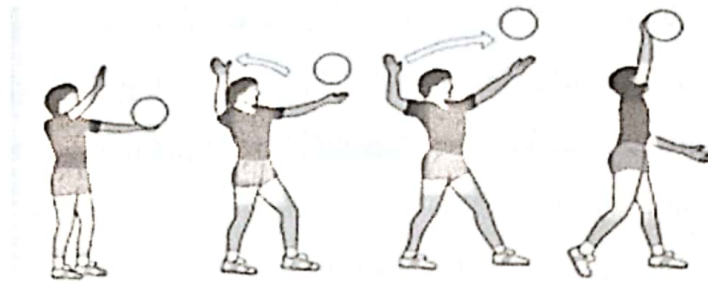
- Tahap perkenaan yaitu bersamaan dengan bola dilambungkan dengan tangan kiri ke atas, tangan kanan diayunkan lurus dari belakang ke depan melalui bawah di samping badan dan pukulkan atau kenakan pada bola, diikuti dengan kaki kanan dilangkahkan ke depan setelah bola dipukul (Aip Syarifuddin dan Muhadi, 1992).

#### **b) Servis Atas**

Servis atas merupakan jenis servis yang banyak digunakan para pemain saat bermain bola voli, servis ini memiliki peluang untuk membuat lawan kesulitan dalam menerima servis. Servis ini dilakukan dari atas sejajar dengan kepala. Mengenai pengertian servis ini, beberapa ahli telah menjelaskannya sebelumnya. Seperti Barbara (Barbara L. Viera, Bonnie Jill Ferguson, 2000), menyebutkan bahwa servis atas adalah servis mengambang karena bola yang dipukul akan menghasilkan gerakan ke kiri - ke kanan dan ke atas - ke bawah pada saat bergerak melintasi net, hal ini terjadi karena bola dipukul tanpa berputar. Kemudian menurut (Nuril Ahmadi, 2007), disebut servis mengambang karena bola hasil pukulan servis tidak mengandung putaran (bola berjalan mengapung atau mengambang). Kelebihan servis mengambang adalah bola sulit diterima oleh pemain lawan karena bola tidak bergerak dalam satu lintasan dan kecepatan bola tidak teratur. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bertenaga, terkadang bola bergerak terlalu keatas hingga keluar lapangan.

Demikian beberapa pendapat ahli mengenai pengertian servis atas, maka dapat disimpulkan bahwa servis atas adalah jenis servis yang dipukul dari atas sejajar kepala tanpa terjadi efek putar

bola sampai melewati net. Deskripsi pelaksanaan servis atas dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 7. Deskripsi Pelaksanaan Teknik Gerak Servis Atas Bola Voli

Tahapan-tahapan pelaksanaan servis atas, dilalui dalam 3 (tiga) tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap akhir. Untuk lebih detail penjelasan ketiga tahap tersebut, penulis akan mengutip pendapat (Barbara L. Viera, Bonnie Jill Ferguson, 2000) yaitu; (1) Persiapan ; kaki dalam posisi melangkah dengan santai, berat badan terbagi dengan seimbang, bahu sejajar dengan net, kaki dari tangan yang tidak memukul berada di depan, gunakan telapak tangan terbuka, dan, pandangan mata ke arah bola. (2) Pelaksanaan; pukul bola di depan bahu lengan yang memukul, pukul bola tanpa atau dengan sedikit spin, pukul bola dengan satu tangan, pukul bola dekat dengan tubuh, ayunkan lengan ke belakang dengan sikut ke atas, letakkan tangan di dekat telinga, pukul bola dengan tumit telapak tangan terbuka, pertahankan lengan pada posisi menjangkau sejauh mungkin. awasi bola pada saat hendak memukul, dan pindahkan berat badan ke depan. (3) Gerakan lanjutan; teruskan berat badan ke depan, jatuhkan lengan dengan perlahan sebagai lanjutan, bergerak ke lapangan.

Untuk menguasai *teknik* servis atas bukan sesuatu yang mudah. Perlu latihan yang berulang-ulang dalam melakukan *smash*. Selain dari pada itu mendapatkan metode latihan yang tepat, menarik dan seimbang. Memantapkan keterampilan *smash* tidak cukup hanya melatih tekniknya saja, namun latihan fisik juga merupakan faktor utama juga.

### c) *Jump Serve (Servis Loncat)*

*Jump serve* adalah servis dengan melakukan lompatan, agar lawan kesulitan untuk menghadapinya. Unsur gerak dari tehnik ini adalah menggabungkan tekanan, kekuatan dan *feeling* pemain terhadap bola yang digunakan dalam permainan. Ada bermacam-macam gaya atau cara yang bisa digunakan untuk melakukan jenis *serve* yang satu ini. Istilah dan kategori yang sering digunakan adalah :

- *Full Spin*/putaran penuh

Tehnik ini adalah tehnik *serve*/gaya memutar bola ke arah depan dengan harapan setelah bola melewati net, bola *spin* (berputar) itu secepatnya menghujam ke tanah. Kesulitan melakukan tehnik ini adalah bagaimanan mengatur titik ketinggian dan kecepatan *spin* bola.

- *Half Spin*/irisan

Lebih populer dengan istilah tehnik mengiris bola. Yaitu jenis *jump serve* dengan mengupayakan perputaran bola ke arah samping kanan maupun samping kiri. Seorang pemain harus memiliki *feeling* yang baik untuk menentukan arah putaran bola dan lokasi target bola agar tetap berada didalam wilayah lawan.



Kesulitannya adalah memperkirakan kekuatan *spin* tangan terhadap arah bola.

- *Jump Flute* / bola bergoyang

Merupakan jenis *serve* yang mengandalkan hentakan power pada kekuatan telapak tangan dibantu sedikit kekuatan lompatan. Bola dibuat bergerak tak beraturan agar menyulitkan si penerima *serve*. Hal ini berhubungan dengan hukum fisika. Karena setiap bola yang digunakan untuk permainan bolavoli menggunakan udara dan karet sebagai penampungnya sehingga bola memiliki sifat elastis. Tekanan yang diberikan secara tiba-tiba pada salah satu sisi permukaan bola, akan membuat bola tersebut mempunyai tenaga dorong.

- *Full Power*

Teknik ini sama saja dengan melakukan *smash*, namun dilakukan dari jarak 9 meter sesuai dengan panjang lapangan terhadap net. Penguasaan teknik ini lebih ditekankan pada *feeling* dan pengalaman pemain. Teknik ini merupakan gabungan dari teknik *full spin*, *half spin* dan *jump flute*. Karena pada umumnya si pemain yang menggunakan teknik ini harus merupakan pemain yang sudah berpengalaman, memiliki power yang bagus dan *feeling ball* yang memadai. Seseorang yang memiliki power bagus bisa saja melakukan teknik ini, namun tidak semua *serve* akan berhasil sempurna.



Gambar 8. Deskripsi Gerak Teknik Jump Serve Bola Voli

Teknik *jump serve* berkembang seiring dengan tingkat penguasaan tehnik permainan seorang pemain. Bagi pemain yang sudah berpengalaman, bisa saja melakukan beberapa variasi tehnik lainnya. Hal utama dalam melakukan *serve* adalah bagaimana memulai permainan sebagai sebuah serangan yang akan menyulitkan lawan. Terlebih lagi sistem permainan bola voli yang menggunakan *rally point*, menuntut tingkat konsentrasi tinggi dan seminimal mungkin kesalahan yang berakibat nilai untuk lawan.

### 3. *Smash* Bola Voli

*Smash* merupakan salah satu teknik dasar serangan dalam permainan bola voli. *Smash* selalu digunakan untuk menyerang dan menghasilkan angka serta meraih kemenangan. (Budiarti1 et al., 2019) *The smash technique is the most difficult technique in volleyball because it requires good physical condition and maximum coordination of motion. Smash requires strong power and proper timing (Robert, 2009). To get all of that is not easy and requires repetitive training to perfect the smash technique. The smash technique is the core or the tip of an attack that is built by a team to get points and also the most often done*

*to get points.* Karena permainan bola voli merupakan permainan cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan dengan teknik bertahan.

Beberapa faktor lain yang mempengaruhi dalam permainan bola voli adalah aspek biologis yang terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh, struktur tubuh serta gizi, dan aspek psikologis, intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, serta koordinasi kerja otot dan saraf. Sebagaimana hasil penelitian (Hasan Sozen, 2012) menyatakan *according to the results of the study, it has been observed that volleyball training, excluding physical education lesson, applied to high school-aged individual, had a positive effect and the student, physical futures such and their body-muscle endurance, functional strength, speed and coordination skills, elasticity and balance. Volleyball training can be applied to students together with the physical education and sports lessons on account of it easily being applicable, and having low injury risk.*

Dalam permainan bola voli *smash* didefinisikan tindakan memukul bola dengan meloncat dan masuk ke lapangan lawan. Sebagaimana dijelaskan (Nuril Ahmadi, 2007) bahwa *smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah dan menukik ke dalam lapangan lawan. *Smash* atau pukulan keras disebut juga *spike* merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pandangan yang hampir sama diutarakan Dieter Beutelstahl, *smash* atau *spike* merupakan letak seninya olahraga bola voli. Seperti para pecandu sepak bola atau *hand ball* mendambakan goal-goal yang spektakuler, demikian juga para pecandu

olahraga bola voli mendambakan *smash* yang gemilang. Kalau pemain hendak memenangkan pertandingan voli, maka mau tidak mau mereka harus menguasai *smash* (Beutelstahl, 2016). Tindakan memukul bola (*smash*) ada beberapa tahap. Tahapan tersebut adalah:

- a) Tahap pertama: *Run up* (lari menghampiri)
- b) Tahap kedua: *Take off* (lepas landas)
- c) Tahap ketiga: *Hit* (memukul saat melayang di udara)
- d) Tahap keempat: *Landing* (mendarat)

Gerak yang terjadi adalah gerak *fleksi* tungkai bawah (*fleksi genu*) dengan *primemover* lalu gerak *dorsofleksi* yang melibatkan "*hamstring*" *tibialis anterior* untuk persiapan melangkah dan melompat.



Gambar 9. Tahap Persiapan *Smash* Bola Voli (Nuril Ahmadi, 2007)

Berdasarkan gambar tersebut dipahami bahwa tahapan pelaksanaan *smash* ada tiga, yaitu

- a) Tahap awalan; Berdiri dengan sikap siap normal dengan jarak 3 sampai 4 meter dari net. Pada saat akan mengadakan langkah ke depan terlebih dahulu melakukan langkah-langkah kecil di tempat.

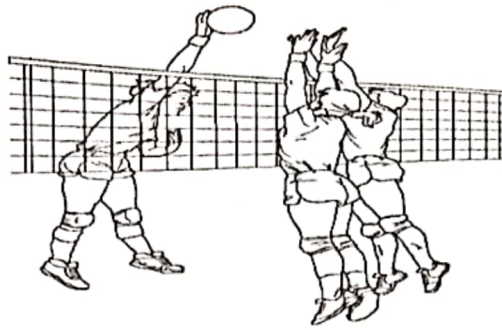
- b) Tahap tolakan; Melangkah kecil ke depan, kemudian menumpu dengan kedua kaki disertai dengan gerakan merendahkan badan dengan cara menekuk lutut. Kedua lengan sudah berada di samping-belakang badan diikuti dengan tolakan kaki ke atas secara eksplosif dan dibantu dengan ayunan kedua lengan dari arah belakang ke depan-atas.
- c) Tahap sikap perkenaan; Pada saat melayang bila bola telah berada di atas-depan dan dalam jangkauan tangan, maka segeralah tangan kanan dipukulkan ke bola secepat-cepatnya. Perkenaan tangan adalah pada telapak tangan dengan suatu gerakan lecutan, baik dari lengan maupun tangan. Hasil pukulan akan lebih sempurna lagi apabila lecutan tangan dan lengan juga diikuti gerakan membungkuk dan tegak. Dalam hal ini, gerakan lecutan tangan, lengan, dan posisi tegak merupakan satu kesatuan gerakan yang harmonis dan eksplosif.
- d) Tahap sikap akhir; Setelah bola berhasil dipukul, maka *smasher* segera mendarat kembali di tanah. Mendarat di tanah harus dilakukan dengan menggunakan dua kaki untuk diteruskan dengan mengambil sikap siap normal.

Seorang pemain bola voli menguasai *smash* bukan sesuatu yang mudah. Perlu latihan yang berulang-ulang bila ingin terampil dalam melakukan *smash*. Selain dari pada itu mendapatkan metode latihan yang tepat, menarik dan seimbang antara latihan fisik dan teknik. Memantapkan keterampilan *smash* tidak cukup hanya melatih tekniknya saja, namun latihan fisik juga merupakan faktor utama juga.

#### 4. Block

Menurut Aip Syarifuddin dan Muhadi mendefenisikan teknik blocking dalam permainan bola voli (1992/1993: 193) adalah usaha membendung untuk menahan serangan lawan pada saat bola tepat melewati atas jaring, dengan mepergunakan satu atau kedua tangan yang dilakukan oleh seorang pemain atau oleh dua atau tiga orang pemain secara bersama-sama dari pihak yang mempertahankan. Dan Nuril Ahmadi (2007: 30) mengatakan, block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, block bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun persentase keberhasilan suatu block relatif kecil karena arah bola smash yang akan diblock, dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan block ditentukan oleh ketinggian lompatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan. Teknik *Block* saat bermain bola voli merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Pada posisi empat dan dua serangan pada umumnya dilakukan dengan bola-bola tinggi, efektif menghasilkan angka.

Umpan bola tinggi membentuk daerah sasaran lebih luas sehingga memudahkan *smasher* untuk menempatkan bola ke daerah sasaran yang diinginkan. Sedangkan pada posisi tiga serangan yang dilakukan dengan bola-bola sedang dan pendek lebih efektif menghasilkan angka karena pola serangan menjadi lebih cepat dan mempersulit lawan untuk melakukan antisipasi datangnya bola. Deskripsi pelaksanaan blocking dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 10. Deskripsi Pelaksanaan Teknik Gerak Blocking Bola Voli

Berdasarkan gambar di atas dapat dijelaskan bahwa teknik block diawali dari sikap permulaan yaitu dengan berdiri pada posisi kaki sejajar, sikap badan menghadap pada jaring. Pada saat ini kedua tangan bersikap di depan dada untuk bersiap merespon bola yang akan di block. Untuk memulai loncatan kedua lutut ditekuk agak dalam, togok dengan posisi condong ke depan. Melalui posisi ini dilanjutkan dengan tolakan eksplosive vertical ke atas bersamaan kedua kaki.

##### **5. Perwasitan**

Wasit adalah pengadilan selama pertandingan berlangsung, sehingga diharapkan pertandingan itu akan berjalan sesuai dengan aturan yang ada. Dalam pertandingan bola voli kelengkapan-kelengkapan harus dimiliki oleh seorang wasit, yaitu syarat-syarat menjadi wasit, perlengkapan wasit, dan tugas-tugas wasit. Syarat-syarat menjadi wasit bola voli adalah:

- Berbadan sehat dan mempunyai fisik yang normal.
- Mempunyai bakat untuk menjadi seorang wasit.
- Senang terhadap permainan bola voli.

- Berpendidikan serendah-rendahnya lulusan SMA.
- Berumur antara 20-40 tahun.
- Mempunyai dedikasi yang baik.
- Haruslah menjadi anggota salah satu perkumpulan bola voli.

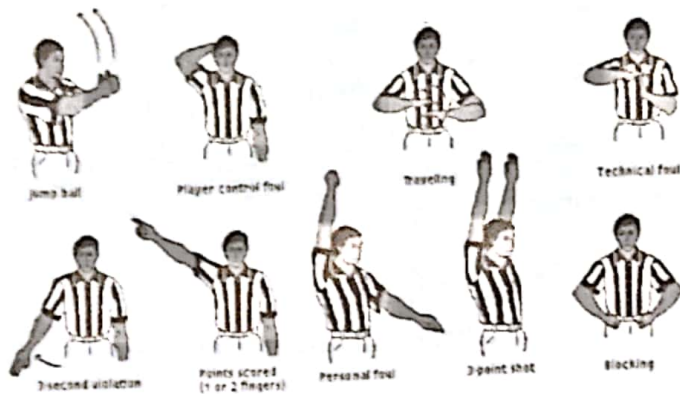
Perlengkapan wasit antara lain:

- Mengenakan celana putih;
- Baju kaos putih polos berkerah;
- Sepatu karet putih;
- dan memakai badge wasit yang sesuai dengan klasifikasinya.

Tugas-tugas wasit :

- Memimpin pertandingan agar berjalan lancar.
- Meningkatkan keterampilan, kemampuan, dan pengetahuan tentang perwasitan bola voli, misal sinyal-sinyal wasit.
- Menyebarkan peraturan permainan bola voli di masyarakat.
- Meningkatkan mutu perwasitan di masyarakat pada khususnya dan di Indonesia pada umumnya.





Gambar 11. Sinyal-Sinyal Wasit dalam Permainan Bola Voli

Isyarat-isyarat wasit di atas merupakan kode fisik yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi pelanggaran dan kesalahan yang dilakukan para pemain bola voli, selama permainan berlangsung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid. (2005). *Perencanaan Pembelajaran(mengembangkan kompetensi guru)*. Remaja Rosdakarya.
- Bernd Ulrich Gross&Werner Schlager. (2011). *Table Tennis "Tips From a World Champion*. Sport Publishers' Association.
- Borg, W.R. & Gall, M. D. G. (2007). *Educational Research: An Introduction, Eighth Edition*. Longman,Inc.,
- Cintya Maha Yekti, Ni Made Ratminingsih, K. S. D. (2019). The Implementation of Inclusive Education by English Teachers to Teach Slow Learners at SMK Negeri 3 Singaraja. *Journal of Psychology and Intruction*, 3(1).  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.23887/jpai.v3i1.20894>
- Gobeyn, S., Mouton, A. M., Cord, A. F., Kaim, A., Volk, M., & Goethals, P. L. M. (2019). Evolutionary algorithms for species distribution modelling: A review in the context of machine learning. *Ecological Modelling*, 392(November 2018), 179–195.  
<https://doi.org/10.1016/j.ecolmodel.2018.11.013>
- Hamalik, O. (2005). *Proses Belajar Mengajar* (Cetakan KE). Bumi Aksara.
- Harsuki. (2012). *Pengantar Manajemen Olahraga*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Hsin-Hsueh Huang and Yi-Chang Hsueh. (1992). The Dynamical Analysis Of Table Tennis Forehand And Backhand Drives. *Journal The Dynamical Analysis*, 12(P02-23 ID248), 1.
- KBBI. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*.  
<http://kbbi.web.id/pusat>, [Diakses 21 OKtoberi 2019].

<http://kbbi.web.id/pusat>

Kertamah Alex. (2003). *Teknik dan Taktik Dasar Permainan Tennis*

*Meja*. Rajagrafindo Persada.

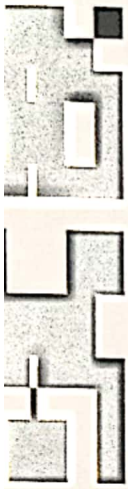
Larry Hodges. (1996). *Table Tennis; Step to Success*. PT.RajaGrafindo

Persada.

Mc.Afee Richard. (2009). *Table Tennis : Steps To Success*. Human

Kinetics Inc.


Peter Simpson. (2007). *Teknik Bermain Pingpong*. Pionir Jaya.




Buku ini merupakan model *by doing* yang dikembangkan dalam pembelajaran bola voli. Muatan materi isi buku terdiri dari konsep *mode by doing*, sintaks yang dikembangkan berdasarkan materi kontekstual, dan hakikat permainan bola voli. Diharapkan buku ini dapat menjadi sumber model bagi guru pendidikan jasmani dalam mengajarkan materi-materi bola voli.



 Obelia Publisher

 obelia.publisher

 penerbit.obelia@gmail.com

 www.obellapublisher.com

ISBN 978-623-6639-53-5



9 786236 639535