

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Hakikat Penelitian dan Pengembangan

Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), secara etimologis pembangunan berarti proses pembangunan. Istilah pengembangan menunjukkan ketika suatu kegiatan memunculkan metode baru, selama waktu itu metode tersebut harus dievaluasi dan ditingkatkan.

Menurut Sugiyono (2015: 07), Penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk mengembangkan produk tertentu dan menguji keefektifannya. Menurut Mulatieningsih (2012:161), penelitian dan pengembangan berfokus pada produksi produk baru selama pengembangannya. Menurut Putra dalam (Nugroho, 2016: 7), pengembangan adalah penggunaan pengetahuan teknis untuk memproduksi bahan dan perangkat baru. Menurut Sukmadinata (2016:164), langkah-langkah pengembangan produk baru atau juga penyempurnaan produk yang sudah ada dapat diperhitungkan.

Istilah pengembangan sendiri mengacu pada kegiatan dalam produksi alat baru, di mana evaluasi dan perbaikan alat atau metode dilanjutkan. Kegiatan awal yang dilakukan pada saat pengembangan produk adalah dengan cara melakukan penelitian pendahuluan dan penelitian untuk menghasilkan suatu desain produk alat tertentu, dan kegiatan kedua adalah pengembangan produk, khususnya menguji

keefektifan produk. produk yang teruji dan dapat digunakan oleh masyarakat luas.

Dari pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian dan pengembangan (R&D) adalah model penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan produk yang berkembang menjadi produk uji, dimulai dengan penelitian kebutuhan. Hasil produk dapat berupa media pembelajaran, bahan ajar, dan sistem pembelajaran.

2. Hakikat Metode *Drill*

a. Metode *Drill*

Drill merupakan program latihan yang teratur. Menurut Suharno dalam Nugroho (2015:9), metode *drill* adalah metode yang banyak digunakan untuk menguasai gerakan secara otomatis untuk memperoleh keterampilan dan teknik dalam suatu cabang olahraga. Senada dengan pendapat diatas, Sujdana (2021:86) menemukan suatu metode latihan *drill* adalah suatu latihan pada materi yang diajarkan atau diberikan dalam rangka memperoleh keterampilan dan kemampuan yang telah dipelajari atlet tersebut.

Sugiyanto dari Nugroho (2015: 9) menyatakan bahwa ada beberapa hal yang perlu diingat tentang metode *drill*. 1) *Drill* dapat digunakan sampai gerakan yang dilakukan secara terbiasa, dan gerakan harus siap dalam keadaan tertentu. 2) Atlet diinstruksikan untuk fokus pada ketepatan melakukan gerakan dan ketepatan penggunaannya. 3) Untuk mengawasi keakuratan latihan, perlu untuk

melakukan koreksi setiap saat selama latihan. 4) Latihan ini disesuaikan dengan beberapa keadaan dalam permainan olahraga. 5) Anda perlu melakukan latihan transisi dari situasi latihan ke situasi permainan yang sebenarnya.

Dari penjelasan tersebut dapat diartikan bahwa metode latihan *drill* merupakan pengulangan gerakan latihan yang dilakukan secara terus menerus untuk melatih ketepatan dan kelincahan dalam suatu cabang olahraga. Tujuan dari penggunaan metode *drill* sendiri yaitu, dapat menambah kemampuan gerak yang lincah dan memiliki kemampuan menghubungkan antara suatu keadaan dengan cepat dan tepat.

b. Kelebihan dan Kekurangan Metode *Drill* dalam Latihan

Metode latihan dalam penerapannya memiliki kelebihan yaitu latihan dilakukan dengan cara otomatis serta menjadi kebiasaan, dan dalam kondisi tertentu penekanannya pada gerakan yang dilakukan dan atlet diminta untuk fokus pada gerakan dan ketepatan menerima bola. Selain memiliki kelebihan, metode *drill* juga memiliki kekurangan dalam penerapannya yaitu, pelatih harus selalu melakukan koreksi selama pelaksanaan latihan. Oleh karena itu, perlu memperlihatkan ketepatan gerakan dan melakukan latihan transisi dari situasi latihan ke situasi permainan yang sebenarnya.

3. Hakikat Latihan

a. Latihan

latihan merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan: kualitas fisik, kapasitas fungsi terhadap perangkat tubuh dan kualitas psikologis praktisi (Sukadiyanto, 2010: 1). Hariono (2006:1), mengutarakan latihan ini merupakan proses yang dilakukan secara berurutan dan berulang-ulang secara bertahap dan menerapkan beban yang konstan. Juga, pelatihan adalah keinginan seseorang untuk mempersiapkan pencapaian tujuan tertentu.

Senada dengan pendapat di atas, Sukadiyanto (2002: 7) berpendapat bahwa kata latihan diartikan sebagai proses penyempurnaan kapasitas latihan, yang memuat materi dan praktik suatu latihan, dengan menggunakan metode dan proses. Prinsip praktik dengan pendekatan secara ilmiah, menggunakan prinsip pendidikan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan dapat tercapai tepat waktu.

Sederhananya, pelatihan adalah sebuah upaya untuk meningkatkan kondisi fisik umum. Melalui proses yang terencana dan berulang sambil meningkatkan jumlah beban, waktu, atau intensitas latihan. Seseorang melakukan latihan karena merupakan bentuk usaha untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu kegiatan yang

dilakukan secara bertahap dan terus menerus untuk mencapai tujuan tertentu yang optimal.

b. Tujuan Latihan

Tujuan keseluruhan dari pelatihan adalah untuk membantu pelatih, instruktur dan pelatih olahraga menerapkan dan memiliki kemampuan yang ideal dan keterampilan untuk memungkinkan para atlet mencapai potensi penuh mereka untuk kinerja dan mendapatkan puncak performa yang diinginkan. Karena tujuan utama dari pelatihan adalah untuk membantu atlet memaksimalkan keterampilan dan prestasinya, maka proses pelatihan harus fokus pada aspek fisik secara seimbang, tidak hanya secara fisik tetapi juga secara mental.

Menurut Sukadiyanto (2011), maksud dan tujuan umum fisik adalah sebagai berikut, (1) meningkatkan kualitas fisik (2) mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik khusus, (3) melengkapi, meningkatkan dan mengasah keterampilan teknis, (4) mengembangkan dan menyempurnakan strategi, taktik dan gaya bersaing, (5) meningkatkan kualitas dan kapasitas psikologis atlet.

Berdasarkan diskripsi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari latihan adalah untuk membantu pelatih, guru olahraga dalam menerapkan proses latihan agar dapat meningkatkan kualitas fisik yang baik, keterampilan, dan kualitas atlet saat bermain.

c. Prinsip-prinsip Latihan

Prinsip dari pelatihan tersebut adalah hal yang harus diikuti, dilaksanakan, atau dihindari agar tujuan pelatihan dapat tercapai sebagaimana dimaksud. Prinsip latihan memegang peran yang sangat penting dalam aspek fisiologis dan psikologis atlet (Sukadiyanto, 2011:13).

Prinsip dari latihan menurut Bomba (2003: 321) meliputi: (1) prinsip partisipasi aktif dalam pelatihan, (2) prinsip perkembangan global, (3) prinsip spesialisasi, (4) prinsip individualitas, (5) prinsip keragaman, (6) prinsip keteraturan waktu, latihan dan (7) peningkatan beban. Menurut Irianto dalam Aji (2016:15), prinsip-prinsip latihan diantaranya sebagai berikut:

- 1) Prinsip kelebihan beban, setiap orang memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan apa yang terjadi di dalam tubuhnya, termasuk adaptasi terhadap stres fisik. Selama berolahraga, tubuh mengalami restrukturisasi tubuh di bawah beban yang berlebihan.
- 2) Prinsip kembali ke awal (*reversible*) adalah jika proses latihan tidak teratur atau tidak stabil, maka adaptasi latihan yang telah kita capai hilang.
- 3) Asas kekhususan, ini merupakan latihan khusus sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

d. Model Latihan *Passing* Bawah

Berikut ini dua jenis latihan *passing* bawah menurut Faruq (2009:76):

1) Latihan dengan dinding

Latihan ini dimulai dengan berdiri di depan tembok, melakukan lemparan dan bersiap menerima bola setelah dipantulkan dengan kedua tangan untuk menerima bola dengan peregangan kedua tangan. Kaki dibuka selebar bahu dan lutut sedikit ditebuk untuk *passing* rendah. Kemudian kedua kaki harus bisa menyesuaikan hasil pantulan bola dari tembok. Jika setiap pemain bisa mengimbangi pantulan dan mengontrol pantulan, maka bisa diperkirakan mereka bisa memiliki skill *passing* yang bagus, meski ini baru permulaan.

2) Latihan Berpasangan

Latihan berpasangan adalah untuk atlet berkoordinasi dengan rekannya dan menjalankan *down pass* agar bola tidak jatuh dan bola memantul dengan mantap. Permulaan awal berdiri saling berhadapan dan bola diumpankan, lalu bolak-balik. Mengikuti rencana pelatihan yang telah ditentukan. Kelebihan dari *drill* ini adalah banyak pihak yang membutuhkan lewat bola tergantung dari kehadiran rekan satu tim, *feeling* terhadap bola, salah satu hal penting saat melakukan latihan.

4. Permainan Bola Voli

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Menurut PP. Menurut PBVSI dalam Wijaya (2013: 1), bolavoli adalah olahraga yang dipertandingkan oleh dua tim dan di setiap tim berjumlah 6 orang inti dan 6 orang cadangan. Bola dilambungkan di udara melalui jaring, dan masing-masing tim hanya boleh memainkan bola tiga kali. (Munasifah, 2008: 3). Ini adalah olahraga yang sulit yang tidak mudah untuk semua orang yang belum pernah melakukannya. Karena bolavoli membutuhkan koordinasi gerakan yang dapat bergantung pada setiap gerakannya.

Chandra (2010:15) mengemukakan bahwa bolavoli adalah permainan tim dengan menggunakan bola besar. Bolavoli dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari enam pemain. Dalam bolavoli membutuhkan koordinasi dan kerjasama tim. Selain itu juga membutuhkan penguasaan keterampilan dasar permainan yang baik untuk dapat melakukan variasi permainan dan kombinasi keterampilan yang baik. Prinsip utama bolavoli adalah memantulkan bola di udara agar tidak menyentuh lantai, bola menyentuh pemain sebanyak tiga kali di setiap tim, dan berusaha membuat bola sesulit mungkin. Melewati lapangan lawan melalui net (Dinata, 2004: 8).

Tujuan permainan adalah melempar bola melewati net dan mendarat di daerah lapangan lawan, untuk mencegah lawan melakukan percobaan yang sama. Setiap tim dapat melakukan 3 kali

pantulan untuk mendapatkan bola kembali. Bola dinyatakan dimulai setelah server memukul bola melewati jaring di area lawan. Permainan sampai bola menyentuh tanah, bola keluar lapangan, atau tim telah mengembalikan bola sepenuhnya.

Tim yang memenangkan reli akan mendapatkan satu poin (sistem pengumpulan poin). Jika tim yang melakukan *servis* memenangkan reli, satu poin diberikan dan berhak untuk melakukan *servis* berikutnya, dan bagi pemain yaitu mengubah posisi searah jarum jam. Pada saat bola sedang dimainkan, penggunaan seluruh anggota badan diperbolehkan dengan ketentuan yang berlaku menurut peraturan permainan bolavoli.

Tanda dimulainya permainan yaitu dengan melakukan *servis*, setelah wasit meniup peluit pemain harus melakukan *servis* bola yang harus melewati jaring net dan ke dalam lapangan lawan. Permainan kemudian berlanjut sampai salah satu tim mendapat poin.

b. Teknik Dalam Permainan BolaVoli

Keterampilan dasar adalah kunci dalam mencapai kesuksesan. Dalam setiap acara olahraga, penguasaan keterampilan dasar diperlukan untuk sebuah tim untuk berhasil. Ini karena menguasai keterampilan dasar dengan baik memungkinkan pemain untuk tidak hanya menggunakan taktik yang baik, tetapi juga menunjukkan permainan yang berkualitas. Seorang pemain bolavoli harus mampu melancarkan gerakan-gerakan yang dijelaskan dalam berbagai teknik

dasar dengan benar. Jika pemain menguasai teknik dengan benar, mudah untuk menggabungkan dan mengembangkan berbagai jenis gerakan dalam permainan. Oleh karena itu, teknik dasar permainan bolavoli dapat disebut dengan cara yang paling sederhana, efektif dan efisien sesuai dengan aturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal.

Penguasaan teknik dasar bolavoli adalah faktor yang akan menentukan berhasil tidaknya suatu tim dalam suatu permainan selain faktor fisik, taktik dan mental (Munasifah 2008:26). Untuk bermain bola voli dengan baik, pemain perlu menguasai dan mempelajari berbagai teknik bola voli yang baik dan benar.

Teknik-teknik ini termasuk yang berikut:

a) *Servis*

Menurut Dieter Beutelstahl (2009: 8), servis merupakan permulaan pertama pemain bolavoli dimulai dengan bola. Servis adalah pukulan atau penyajian bola sebagai pukulan pertama di daerah lawan dan merupakan tanda dimulainya permainan (Mukholid, 2007:13). Awalnya servis hanya merupakan pukulan pembuka untuk memulai permainan, tergantung dari kemajuan permainan, teknik servis saat ini bukan hanya titik awal permainan, tetapi apakah dilihat dari sudut yang berbeda level taktik atau tidak. Serangan awal menghasilkan poin bagi tim untuk menang. Jika servis salah, bola akan keluar, jadi servis

sangat penting di area lapangan lawan. Kecepatan dan perubahan arah bola yang tiba-tiba akan sangat bermanfaat. Karena *servis* berperan besar dalam mendapatkan poin. *Servis* bola voli dibagi menjadi dua, yaitu *servis* bawah dan *servis* atas.

b) *Smash*

Menurut Pranatahadi (2007:31), *smash* merupakan teknik memukul bola ke lapangan lawan, bola harus melewati net dan menimbulkan kesulitan bagi pemain lawan. Dalam teknik *smash* ini seninya dalam permainan bola voli. *Smash* digunakan untuk menyerang area lawan agar bola yang melewati area lawan bisa mematikan, setidaknya menyulitkan lawan untuk memainkan bola dengan sempurna. Tembakan keras dan tajam yang dilakukan oleh pemain sebuah tim diharapkan mampu menghasilkan poin untuk dapat memenangkan pertandingan lebih besar.

Spike adalah bentuk dari serangan yang paling banyak digunakan dengan tujuan untuk mematikan permainan menambah poin bagi tim (Ahmadi, 2007:31). *Spike* terbagi dari empat tahapan yaitu awalan, tolakan, saat melayang di udara serta memukul bola, dan pendaratan. *Spike* merupakan pukulan yang paling utama dari penyerangan dalam usaha untuk mendapatkan poin serta kemenangan untuk mencapai keberhasilan yang memuaskan. Dalam melakukan *smash* ini diperlukan raihan yang tinggi dari kemampuan melompat di udara yang tinggi.

c) *Block*

Dalam suatu pertandingan bolavoli sangat penting sekali pada keterampilan dasar *block* dari pemain itu sendiri. *Block* adalah keterampilan inti atau pertahanan dari seluruh sistem pertahanan. *Block* merupakan benteng pertahanan utama untuk menangkis serangan lawan atau membendung sebuah *spike* yang keras (Ahmadi, 2007: 30). *Block* digunakan untuk membendung serangan lawan di dekat net maupun serangan balik dari lawan. *Block* adalah tindakan pemain di dekat net untuk membendung bola yang datang dari lawan dengan mencapai raihan tangan lebih tinggi dari ketinggian net. Hanya pemain di barisan depan yang dapat diperbolehkan membuat *block* sempurna. Keberhasilan suatu *block* ditentukan oleh tinggi lompatan dan jangkauan bola yang dipukul lawan. *Block* dapat dilakukan sendiri, berpasangan dan bertiga. Namun, setiap pemain akan melalui proses yang sama mulai dari posisi awal, berlari ke samping, meloncat dan menggerakkan tangan untuk membendung serangan dari lawan.

d) *Passing*

Passing adalah cara dari seseorang pemain dengan menggunakan kedua tangan untuk mengoperkan bola atau menerima bola yang dimainkannya kepada teman timnya untuk dimainkan dilapangan sendiri (Ahmadi, 2007:22). *Passing* sendiri juga berfungsi untuk menerima bola atau memainkan bola yang

datang dari daerah lawan atau dari teman timnya. Tujuan utama *passing* adalah memberikan bola sebaik mungkin untuk diberikan kepada pengumpan. Dengan hasil *passing* yang baik, maka suatu tim dapat mengatur serangan dengan baik pula. Dengan demikian kesempatan untuk memperoleh poin lebih besar. *Passing* ada dua jenis yaitu *passing* atas dan *passing* bawah.

(1) *Passing* Atas

Beutelstahl dalam Lubis dkk (2017: 61) mendefinisikan, *passing* atas adalah mengoper bola di udara merupakan satu jenis teknik dasar bolavoli dengan cara dua telapak tangan untuk memberikan bola kepada rekan satu tim. Selain itu, teknik dasar *passing* atas juga dapat digunakan untuk menerima bola yang posisinya di atas kepala pemain. Untuk dapat melakukan gerakan *passing* atas dengan benar, perhatikan terlebih dahulu bagian gerakan *passing* atas dan latihlah dengan benar. Teknik dasar *passing* atas ada tiga bagian yaitu:

a. Sikap Permulaan.

Lakukan sikap awal persiapan bolavoli yang agak normal, di mana kaki dibuka selebar bahu, berat badan berada di telapak kaki depan, lutut ditekuk dan diturunkan, membawa tubuh ke bawah bola secepat mungkin. dahi,

jari-jari terbuka membentuk setengah lingkaran seperti bola.

b. Gerak Pelaksanaan *Passing* Atas

Saat bola sedikit ke depan dahi, lengan diregangkan dengan gerakan yang cukup lincah untuk mendorong bola. Perkenaan bola ke jari-jari ruas pertama dan kedua, dan hal utama yang mendorong bola, adalah ibu jari, jari telunjuk, dan jari tengah. Pada titik kontak dengan bola, regangkan sedikit jari anda lalu gerakkan pergelangan tangan Anda agar bola memantul dengan benar

c. Gerakan Lanjutan *Passing* Atas

Setelah bola berhasil dipantulkan, gerakan lanjutannya adalah dengan terus merentangkan tangan ke depan dan ke atas, kemudian langkahkan kaki belakang ke depan untuk memindahkan beban ke depan dan segera kembali ke posisi normal. Banyak pemula hanya menarik dorongan dari operan atas dari tangan mereka. Kombinasi kekuatan kaki dan tangan sangat penting (dengan meregangkan lutut untuk tenaga tambahan pada melakukan *passing* atas). Ahmadi (2007:25) mengemukakan, jari-jari dengan tangan terbuka lebar dan tangan membentuk mangkuk di sisi yang berlawanan. Sebelum tangan menyentuh bola, lutut sedikit

di tekuk sehingga tangan dapat sejajar dengan hidung.

Sudut antara badan dan siku $\pm 45^\circ$ *Passing* atas.

(2) *Passing* Bawah

Passing bawah merupakan upaya menggunakan dengan teknik tertentu untuk memberikan bola yang dimainkan kepada rekan satu tim anda agar pemain bolavoli dapat bermain di lapangannya. *Passing* bawah bisa dilakukan dengan satu tangan atau kedua tangan.

Harun (2016:55) berpendapat *passing* bawah merupakan pengambilan kedua tangan dari bawah, dengan melakukan cara sikap awal badan jongkok, lutut agak sedikit ditekuk, tangan dirapatkan satu dengan yang lain kemudian gerakan tangan disesuaikan dengan keras atau lemahnya kecepatan bola yang akan diterimanya. Menurut Ahmadi (2007:24), teknik *passing* bawah bolavoli boleh dimainkan dengan satu tangan, meskipun bola tidak dapat semaksimal dengan menggunakan kedua tangan. Dalam teknik ini, bola biasanya jatuh jauh dari posisi pemain, baik di depan atau samping pemain. Berikut adalah beberapa teknik *passing* menggunakan satu tangan:

a. *Passing* bawah menggunakan tangan satu dengan menjatuhkan diri ke samping. Jangkau dengan satu tangan dan miringkan ke satu sisi. Hal ini dapat dilakukan saat

bola jauh jatuh ke sisi pemain, untuk bisa menjangkau bola dengan satu tangan. Prinsip teknik *passing* bawah satu tangan ke satu sisi yaitu sebagai berikut: a) Berdiri dengan lutut sedikit ditekuk, b) Kaki di langkahkan ke satu sisi. c) Terima bola dengan menggunakan satu tangan. Pada lutut yang ditekuk, terus menopang paha, bokong, punggung, dan bahu.

- b. Dengan cara menjatuhkan diri kedepan untuk melakukan *passing* bawah menggunakan satu tangan. *Passing* bawah dengan dilakukan mengarahkan bola ke depan atau dengan melompat untuk gerakannya, karena bola jatuh begitu jauh di depan pemain dan tidak dapat dikembalikan dengan normal. Urutan gerakan *passing* bawah satu tangan saat jatuh ke depan adalah sebagai berikut. a) Lompat dengan kaki satu b) Pukul gerakan dengan horizontal ke depan, bola membentur punggung tangan ke atas, c) Dengan punggung tangan menyentuh lapangan permainan, d) Tekuk betis ke atas sambil dada, perut, dan paha meluncur di lantai (Ahmadi, 2007: 24). Kegunaan *passing* bawah satu tangan antara lain : a) Untuk menerima bola servis yang kurang baik b) Bola serangan dari lawan yang dilakukan dengan smash c) Untuk bola saat terjadi blok atau bola dari pantulan net

intuk di kembalikan d) Untuk menerima bola yang rendah dan tiba datangnya dari lawan maupun dari teman satu tim (Ahmadi (2007:23).

B. Kajian Penelitian Relevan

Peneliti menggunakan hasil penelitian yang relevan unuk menghindari plagiasi, guna memperkuat kajian teori dan sebagai bahan pembanding terhadap penelitian yang sedang dilakukan, sebagai berikut:

1. Varibut Arif Risalian (2014) dengan judul penelitian “Pengembangan Model Pembelajaran *Passing* Bawah BolaVoli Melalui Permainan Tayol untuk siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Wirosari Kecamatan Wirosari Kabupaten Grobogan Tahun 2014”. Penelitian ini bertujuan untuk bagaimana pengembangan model pembelajaran *passing* bawah bolavoli melalui permainan tayol untuk siswa kelas VIII SMP Ngeri 1 Wirosari. Metode yang digunakan merupakan pengembangan dari Borg & Gall yaitu: (1) produk yang akan dikembangkan akan di analisis, (2) produk awal akan dikembangkan, (3) untuk uji validasi ahli yaitu dengan menggunakan satu ahli penjas dan satu ahli pembelajaran serta uji coba skala kecil, (4) revisi produk awal, (5) uji coba lapangan, (6) produk akhir akan direvisi. Penelitian ini menghasilkan bahwa model permainan tayol dapat digunakan sebagai alternatif model pembelajaran penjasorkes bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Wirosari Kecamatan Wirosari Kabupaten Grobogan.

2. Eriyanto Dwi Nugroho (2016) dengan judul penelitian “Pengembangan Alat Pelontar Bola Multifungsi”. Hasil dari penelitian ini bertujuan mengembangkan alat pelontar bola multifungsi sebagai alat untuk latihan yang dapat memberikan efektifitas kepada pelatih maupun atlet. Penelitian dan pengembangan ini dilakukan dengan beberapa langkah, yaitu: identifikasi potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, pembuatan produk, validasi ahli, revisi produk, uji coba, produksi akhir. Penelitian ini menunjukkan bahwa alat pelontar bola layak digunakan sebagai alat bantu latihan olahraga bolavoli.
3. Anton Joko Nugroho (2015) dengan judul penelitian “Latihan Metode *Drill* untuk Meningkatkan Kemampuan *Passing* Atas BolaVoli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SDN Genito Windusari Kabupaten Magelang”. Tujuan dari penelitian ini untuk menambah kemampuan *passing* atas pada anggota ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri Genito Windusari Kabupaten Magelang. Langkah dari Penelitian tindakan kelas (PTK) terdiri dari siklus pertama dan kedua, pada setiap siklus terdapat empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. penelitian ini menghasilkan bahwa hasil belajar *passing* atas meningkat setelah dilakukan tindakan yang berupa pembelajaran *passing* atas dengan menggunakan bola dari siklus 1 sampai siklus 2. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan pembelajaran dan peningkatan hasil belajar. Berdasarkan hasil observasi pada siklus 1 aktivitas pembelajaran mencapai 72%, dan

pada siklus 2 sudah mencapai target yang telah ditetapkan yaitu sebesar 90%.

C. Kerangka Pikir

Teknik *passing* sendiri adalah teknik yang paling dasar dari sekian teknik dasar bermain bolavoli yang ada, oleh karena itu sangat penting dasar dari sekian teknik dasar yang ada, maka teknik *passing* inipun sangat penting diberikan sebab merupakan salah satu faktor keberhasilan permainan bolavoli. Untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli seorang pelatih bisa menggunakan metode latihan dan alat peraga dalam latihan *passing* bawah.

Bentuk latihan yang disebut untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar anak dalam permainan bolavoli adalah latihan teknik drill. Bentuk latihan drill yang merupakan pengulangan-pengulangan gerak yang terus-menerus, diharapkan akan membentuk sikap dasar dalam bergerak melakukan *passing* bawah yang lincah. Peneliti dalam penelitian dan pengembangan ini mengaplikasikan penggunaan metode latihan drill dengan penggunaan alat bantu mesin pelontar. Diketahui bahwa dalam proses latihan pelatih belum menggunakan alat peraga untuk meningkatkan *passing* bawah para atlet. Sehingga perlu upaya peningkatan alat bantu latihan *passing* bawah bolavoli. Alat pelontar ini diharapkan dapat meningkatkan ketepatan pelatih dalam melakukan drill serangan, selain itu supaya pelatih tidak melatih secara manual lagi dan dapat meningkatkan ketepatan *passing* bawah para atlet.

Dengan penggunaan alat peraga dalam latihan, peneliti berharap alat ini juga dapat meningkatkan konsentrasi serta semangat latihan para atlet.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan penelitian relevan yang ada, maka berikut ini adalah pertanyaan penelitian yang digunakan untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai penelitian pengembangan yang akan dilakukan adalah bagaimana prosedur dan hasil pengembangan alat bantu *drill* untuk melatih *passing* bawah bolavoli.

