

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Dalam mewujudkan peningkatan mutu pendidikan pada setiap lembaga pendidikan dapat dilakukan melalui berbagai bidang, antara lain melalui mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang dilakukan melalui aktivitas gerak dengan tujuan untuk menyiapkan jasmani dan rohani peserta didik agar selalu sehat dan bugar. Hal ini dilakukan tidak lain karena kebugaran akan memungkinkan manusia untuk dapat melakukan segala aktifitasnya. Upaya dalam menyiapkan kebugaran yang dilakukan melalui berbagai cabang olahraga dan salah satunya melalui cabang olahraga bola voli.

Olahraga bola voli merupakan suatu cabang olahraga yang termasuk dalam kelompok olahraga permainan. Permainan bola voli ini dimainkan oleh dua tim yang masing-masing timnya beranggotakan 6 orang dengan berbagai macam teknik tertentu. Permainan ini dilakukan dengan memantul-mantulkan bola hilir mudik diudara dibatasi 3 kali sentuhan bola.

Olahraga bola voli yang diajarkan mempunyai tujuan agar memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang olahraga bola voli tersebut serta dapat mengembangkan sikap sportif dan berpartisipasi aktif. Oleh karena itu, untuk mewujudkan tujuan tersebut maka pembelajaran terhadap gerak dasar dalam cabang olahraga bola voli ini sangat perlu dilakukan secara intensif dan juga berkesinambungan.

Dari sekian teknik dasar dalam permainan bola voli, salah satu teknik dasar yang paling dasar adalah pukulan *smash*. Teknik dasar yang satu ini memiliki peran yang sangat penting dalam permainan bola voli khususnya untuk melakukan penyerangan. Untuk mencapai hasil

belajar yang baik tentang pukulan *smash* ini maka diperlukan suatu pendekatan ataupun latihan yang nantinya dapat berpengaruh positif terhadap kemampuan siswa.

Dalam permainan bola voli ini terdapat beberapa tehnik dasar yang harus dikuasai oleh para pemain untuk dapat menunjang keberhasilan di lapangan nantinya. Salah satu tehnik dasar adalah pukulan *smash*. Pukulan *smash* merupakan pukulan bola yang dilakukan dari garis serang langsung kelapangan lawan. Keberhasilan suatu pukulan *smash* sangatlah bergantung pada lambungan bola yang diberikan oleh teman dan kecepatan bola ketempat kosong di daerah permainan lawan.

Ahmadi (2007:31) menjelaskan pukulan *smash* disebut juga *spike* merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. *smash* hanya memerlukan sedikit waktu untuk dapat bergerak dari tangan penyerang ke lantai.

Untuk dapat melakukan gerakan *smash* yang baik, maka setiap individu harus menguasai tehnik-tehnik dasar pengambilan awalan dan cara melakukan pukulan atau perkenaan bola, selain itu salah satu faktor yang turut menentukan kemampuan pukulan *smash* adalah tinggi lompatan.

Lompat merupakan kemampuan untuk melakukan aktifitas secara tiba-tiba dan cepat dengan mengarahkan seluruh kekuatan dalam waktu yang singkat. Karena dengan melakukan gerakan tersebut kekuatan tungkai merupakan faktor pendukung untuk melakukan gerakan pukulan *smash*.

Pada dasarnya pukulan *smash* merupakan suatu cara ataupun tehnik yang dilakukan oleh seorang pemain bola voli untuk melakukan penyerangan kedaerah lawan. Walaupun dengan seiring perkembangan zaman dan perkembangan permainan bola voli itu sendiri, pukulan *smash* tetap merupakan suatu cara ataupun tehnik untuk melakukan penyerangan terhadap lawan guna mendapatkan angka.

Pukulan *smash* bertujuan untuk memukul bola ke arah lawan sehingga bola bisa melewati net dan bola tidak dapat dikembalikan oleh lawan, sehingga tim si pemukul mendapat nilai. Melakukan *smash* dalam permainan bola voli dapat dilakukan dengan cara memukul bola dimana posisi si pemukul bola berada di atas udara pada saat bola yang diumpangkan berada di atas udara maka segera si pemukul bola melompat ke atas ke arah bola tersebut dengan dorongan kedua kaki. Dorongan kedua kaki dilakukan dengan kuat sehingga bisa melompat setinggi-tingginya. Selanjutnya, salah satu tangan memukul bola melewati dengan keras melewati net. Lalu melakukan pendaratan dengan baik agar badan tetap berada dalam keseimbangan.

Seorang pemukul atau *spike* akan lebih sempurna penempatan dan kekuatan bolanya apabila ia ada pada posisi yang tepat di atas udara sehingga *timing* tepat. Dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemukul salah satunya adalah tolakan. Untuk dapat melakukan lompatan dengan baik, maka dibutuhkan kekuatan otot tungkai yang apabila dilatih dengan baik dan benar maka akan menghasilkan kekuatan dan daya ledak yang baik pula.

Olahraga bola voli merupakan olahraga yang digemari para siswa hal ini didasarkan atas pengamatan penelitian terhadap antusias siswa mengikuti pelajaran bola voli. Namun sangat disayangkan kemampuan para siswa dalam mengikuti pembelajaran tersebut tidak menjamin bahwa mereka tidak dapat bermain bola voli dengan benar.

Terlebih dalam melakukan pukulan *smash* hampir seluruh siswa tidak dapat melakukan dengan baik dan benar. Hal ini sesuai dengan pengamatan ketika mereka bermain bola voli dan pukulan *smash*, dimana bola yang mereka pukul cenderung tidak dapat melambung hingga kelapangan lawan dan sering melebar keluar lapangan. Hal ini tentu mengidentifikasi rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan *smash*.

Tehnik pukulan *smash* dapat terlaksana dengan baik dan benar apabila siswa melakukan pelatihan *skipping* yang teratur dimana pelatihan skiping tersebut diprogramkan secara baik dengan tetap memperhatikan kondisi atau fisik siswa. Pelatihan yang tidak sistematis akan dapat membahayakan siswa karena akan dapat menyebabkan siswa mengalami kelebihan beban pelatihan (*over training*). Dalam menyusun program pelatihan, seorang dituntut untuk menerapkan metode-metode yang selalu berkembang.

Melalui pengamatan yang dilakukan, tehnik dasar pukulan *smash* yang dilakukan oleh siswa putra SMA N 1 Gorontalo masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini dikarenakan program pelatihan yang dilakukan belum dapat dilaksanakan dan diarahkan dengan sebaik mungkin menuju target yang diharapkan. Apabila program yang dilakukan dengan baik, tentunya hasil yang diperolehpun akan semakin baik.

Bertolak dari latar belakang permasalahan yang telah dideskripsikan diatas maka saya mengambil judul sebagai berikut **“Pengaruh Pelatihan *Skipping* Terhadap Ketepatan Pukulan *Smash* Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra SMA N 1 Gorontalo”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dideskripsikan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalah yang dihadapi oleh siswa putra SMA N 1 Gorontalo untuk meningkatkan ketepatan pukulan *smash* adalah sebagai berikut : Bagaimana ketepatan siswa putra SMA N 1 Gorontalo dalam melakukan pukulan *smash* pada permainan bola voli?. Ketepatan pukulan *smash* tidak maksimal karena program pelatihan belum tepat. Bagaimana pengaruh pelatihan *skipping* terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa putra SMA N 1 Gorontalo?.Apabila pelatihan *skipping* diterapkan secara terprogram maka akan meningkatkan ketepatan pukulan *smash*.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut : Apakah ada pengaruh pelatihan *skipping* terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa putra SMA N 1 Gorontalo?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan dari pelaksanaan penelitian ini adalah : untuk mengukur pengaruh pelatihan *skipping* terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa putra SMA N 1 Gorontalo.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

Manfaat dari hasil penelitian yang diharapkan adalah sebagai berikut:

#### **1.5.1 Manfaat teoritis**

- a. Hasil penelitian ini bermanfaat dan juga cukup membantu dalam mengembangkan kemampuan yang dimiliki oleh siswa yang bersangkutan.
- b. Hasil penelitian ini menjadi suatu masukan yang objektif bagi dosen, guru dan pelatih tentang perlunya penerapan suatu program latihan yang sistematis dalam permainan bola voli.

#### **1.5.2 Manfaat Praktis**

- a. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang pengaruh pelatihan *skipping* terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa putra SMA N 1 Gorontalo.

- b. Sebagai tambahan informasi guru, peneliti lebih lanjut tentang masalah-masalah yang berhubungan dengan peningkatan prestasi atlit pada cabang olahraga bola voli pada umumnya dan khususnya siswa putra SMA N 1 Gorontalo.