

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani di lembaga-lembaga pendidikan diantaranya ialah untuk meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diaplikasikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan suatu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan. Dan pada kenyataan masyarakat sangat banyak mengharapkan peningkatan kemampuan peserta didik terutama dalam cabang olahraga. Oleh karena tuntutan masyarakat tersebut timbul persoalan mendasar yaitu bagaimanakah cara meningkatkan kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan cabang olahraga, sehingga alokasi waktu yang tersedia dan sarana pada satu sekolah dapat diefektifkan penggunaan dan tujuan yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal. Cabang olahraga permainan bola voli merupakan suatu cabang olahraga yang sangat memasyarakat, oleh karena itu peningkatan keterampilan bermain bola voli para siswa di suatu sekolah sudah merupakan suatu keharusan setelah melihat tuntutan yang sangat besar dari masyarakat.

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda untuk digunakan pada keadaan yang khusus dimana pada akhirnya adalah untuk menyebar luaskan kemahiran bermain kepada setiap orang (PP. PBVSI, 2001). Permainan bola voli merupakan cabang olahraga beregu yang melibatkan banyak orang yang sudah menguasai teknik permainan bola voli, baik individu maupun beregu. Teknik dasar bermain bola voli yang harus dikuasai yaitu 1) Servis, 2) Passing, 3) Spike, 4) Blok. Berdasarkan pengamatan di lapangan teknik dasar untuk mempertahankan supaya permainan dapat terus berlangsung dan untuk membangun suatu serangan adalah teknik

passing, dalam hal ini adalah teknik passing bawah. Teknik dasar permainan bola voli menurut Amung Ma'mun dan Toto Subroto (2001:51) adalah servis, fungsinya untuk mengawali permainan ; passing, fungsinya untuk menerima/ memainkan bola yang datang dari daerah lawan atau teman seregu ; umpan, fungsinya untuk menyajikan bola ke teman seregu dengan keinginannya sehingga teman seregu tersebut dapat melakukan serangan ke daerah lawan sehingga bola yang akan disebrangkan ke daerah lawan tersebut dapat mematikan minimal menyulitkan lawan dalam memainkan bola dengan sempurna ; bendungan atau blok fungsinya untuk menghadang serangan lawan dari dekatjaring sekaligus sebagai serangan baik ke pihak lawan ; receivi, menjaga bola menyentuh lantai.

Unsur kondisi fisik yang dimiliki permainan bola voli adalah kekuatan, kelentukan, kelincahan, kecepatan dan daya tahan. Berdasarkan karakteristik tersebut, maka permainan bola voli harus melatih komponen itu, tentunya melalui proses latihan, dimana tujuan latihan adalah membantu atlit meningkatkan keterampilan dan potensi yang semaksimal mungkin. Latihan-latihan yang sistematis dimana beban hanya dipakai sebagai alat untuk menambah kekuatan otot guna mencapai tujuan tertentu, yaitu untuk menambah kekuatan, memperbaiki kondisi fisik.

Olahraga bola voli merupakan salah satu olahraga yang digemari para mahasiswa penjaskes semester II hal ini didasarkan atas pengamatan penelitian terhadap antusiasme mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan bola voli. Hal ini sesuai dengan pengamatan penelitian ketika mereka bermain bola voli dan melakukan passing atas, dimana bola yang mereka passing cenderung tidak dapat melambung hingga kelapangan lawan. Hal ini tentu penelitian mengidentifikasi rendahnya kemampuan mahasiswa dalam melakukan passing atas.

Teknik passing atas dapat terlaksana dengan tepat apabila mahasiswa melakukan latihan *push-up* jari-jari tangan yang teratur dimana latihan *push-up* jari-jari tangan tersebut

diprogramkan dengan benar dan tetap memperhatikan kondisi fisik mahasiswa. Latihan yang tidak sistematis akan sangat membahayakan mahasiswa karena akan dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kelebihan beban latihan (*Over training*).

Melalui pengamatan yang dilakukan, teknik dasar pasing atas yang dilakukan oleh mahasiswa penjaskes semester II masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini dikarenakan program latihan yang dilakukan belum dapat dilaksanakan dan diarahkan dengan sebaik mungkin menuju target yang diharapkan. Apabila program latihan yang dilakukan dapat dilaksanakan dengan baik, tentunya hasil latihan yang diperolehpun akan semakin baik.

Berdasarkan dari latar belakang permasalahan yang telah dikemukakan, maka penulis tertarik mengadakan suatu penelitian dengan judul **“Pengaruh latihan *push-up* terhadap kemampuan pasing atas dalam permainan bola voli pada mahasiswa keolahragaan semester II Jurusan pendidikan keolahragaan”**.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalah yang dihadapi mahasiswa keolahragaan semester II untuk meningkatkan kemampuan pasing atas adalah sebagai berikut :

- 1). Kurang memahami latihan *push-up* jari-jari tangan terhadap kemampuan pasing atas?
- 2). Apakah dengan latihan yang terprogram dapat meningkatkan keterlampilan pasing atas pada mahasiswa keolahragaan semester II jurusan pendidikan keolahragaan?
- 3). Apakah dengan latihan *push-up* jari-jari tangan dapat meningkatkan keterlampilan pasing atas dalam permainan bola voli?

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah sebelumnya, maka dapat dirumuskan masalah yang diteliti sebagai berikut : Apakah ada pengaruh latihan *push-up* terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bola voli pada mahasiswa keolahragaan semester II Jurusan pendidikan keolahragaan?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan dari pelaksanaan penelitian ini adalah : untuk mengukur pengaruh latihan *push-up* terhadap kemampuan passing atas pada mahasiswa keolahragaan semester II Jurusan pendidikan keolahragaan.

1.5. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini bisa berguna bagi peneliti dan guru penjasorkes dalam mengembangkan latihan *push-up* jari-jari tangan terhadap hasil passing atas.

b. Manfaat praktis

- 1) Dapat menambah wawasan peneliti, terutama mengenai manfaat latihan *push-up* jari-jari tangan terhadap hasil passing atas pada cabang olahraga Bola voli.
- 2) Dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan latihan *push-up* jari-jari tangan terhadap hasil passing atas pada cabang olahraga Bola voli.