

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan suatu pendidikan aktivitas jasmani, permainan olahraga sebagai medium atau perantara untuk pembinaan dan pembentukan potensi perilaku peserta didik. Sasaran pendidikan jasmani dan kesehatan adalah meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani dan mengembangkan keterampilan gerak melalui aktivitas jasmani.

Olahraga pada prinsipnya merupakan aktivitas gerak tubuh dan tujuannya untuk menjaga tubuh supaya tetap sehat, meningkatkan tingkat kebugaran agar tetap dalam keadaan stamina yang prima. Dalam tubuh yang sehat dan stamina yang prima, seseorang dapat melaksanakan kegiatannya dengan baik dan penuh percaya diri. Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila. Khususnya pada cabang olahraga bola voli.

Gerak dasar permainan bola voli adalah keterampilan gerak yang dilakukan dalam kegiatan bermain bola voli baik yang berkaitan dengan aktivitas pada saat memainkan bola maupun pada saat itu mencakup keterampilan lokomotor dan keterampilan manipulatif. Keterampilan lokomotor yaitu kemampuan seseorang untuk

bergerak atau memindahkan titik berat badan dan posisi badannya dari satu tempat ke tempat lainnya. Keterampilan itu mencakup gerakan melompat ke arah tegak, terutama dengan bertumpu pada dua kaki, dan keterampilan berjalan atau berlari beberapa langkah untuk mengambil posisi yang baik agar bola dapat dimainkan dengan baik sesuai dengan tujuan yang dikehendaki oleh pemain. Gerakan ini termasuk ke dalam langkah-langkah khas atau "*Footwork*" untuk bermain bola voli, Sedangkan keterampilan manipulatif, terutama menggunakan satu tangan atau dua tangan yang disatukan merupakan kemampuan pokok dalam bermain bola voli.

Permainan bola voli merupakan olahraga pilihan di setiap sekolah, yang perlu mendapat perhatian khusus di dalam penanganan perkembangannya. Olahraga bola voli merupakan olahraga permainan yang sangat disukai oleh para siswa di setiap sekolah. Hal yang menarik dalam proses pembelajaran bola voli adalah adanya guru yang belum mampu menerapkan metode pembelajaran yang tepat, masih kurang memperhatikan peningkatan yang terjadi pada siswa, bahkan hanya membiarkan begitu saja dalam melakukan proses pembelajaran bola voli tidak dapat menghasilkan secara maksimal terutama dalam kemampuan melakukan *set up* (mengumpan).

Peluang bagi pemain yang melakukan *set up* yang baik dan menempatkan ketempat yang sesuai dengan pilihan pemain yang akan melakukan *spike* akan memberikan keuntungan (point) bagi tim tersebut. Seorang pemain sebelum melakukan *set up* (umpan) terlebih dahulu memperhatikan keadaan atau posisi kedua pemain *spike* yang berada diapit kiri dan kanan.

Di sekolah-sekolah yang ada di Provinsi Gorontalo olahraga bola voli termasuk dalam kurikulum pembelajaran. Khususnya di SMP Negeri 6 Gorontalo permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang sangat digemari atau diminati oleh para siswa. Namun sesuai pengamatan yang dilakukan di SMPN 6 Gorontalo para siswa tersebut masih kurang memahami teknik-teknik dasar pada permainan bola voli terutama dalam melakukan *set up*.

Dengan melihat permasalahan yang ditemui, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian eksperimen dalam upaya untuk meningkatkan dan mengembangkan teknik kemampuan melakukan *set up* pada siswa SMPN 6 Gorontalo dimana peneliti memformulasikan dalam judul, "*Pengaruh Pelatihan Step Terhadap Kemampuan Melakukan Set up pada Permainan Bola Voli Siswa SMP Negeri 6 Gorontalo*"

1.2 Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang di atas, maka masalah yang diangkat dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana kemampuan melakukan *set up* pada permainan bola voli melalui latihan *step* pada siswa SMP Negeri 6 Gorontalo?
2. Bagaimana kemampuan siswa SMP Negeri 6 Gorontalo dalam melakukan *set up* pada permainan bola voli?
3. Apakah terdapat pengaruh Pelatihan *step* terhadap kemampuan melakukan *set up* pada permainan bola voli siswa SMP Negeri 6 Gorontalo?

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini hanya dibatasi pada pelatihan *step* dan kemampuan melakukan *set up* bagi siswa kelas VII SMP.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah “*Apakah terdapat pengaruh pelatihan step terhadap kemampuan melakukan set up pada permainan bola voli siswa SMP Negeri 6 Gorontalo?*”

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan *step* terhadap kemampuan melakukan *set up* pada permainan bola voli melalui latihan *step* pada siswa SMP Negeri 6 Gorontalo.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun yang menjadi manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan acuan bagi peneliti dan guru dalam meningkatkan dan mengembangkan kemampuan melakukan *set up* dalam melaksanakan pembinaan keterampilan olahraga bola voli.
2. Memberikan kontribusi yang berarti bagi sekolah, tempat meneliti dan sekolah lainnya dalam upaya peningkatan hasil belajar siswa.
3. Menjadi pengalaman dan pembelajaran bagi peneliti, sebagai calon guru sekaligus sebagai rujukan penelitian selanjutnya.