

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peningkatan prestasi di setiap cabang olahraga saat ini terlihat sangat-sangat signifikan ini terbukti banyak atlet-atlet yang dengan mudah menembus ifen nasional dari berbagai cabang olahraga, salah satu olahraga yang saat ini mengalami perkembangan dan fase dimana olahraga ini dikenal dikalangan masyarakat umum baik ditingkat masyarakat pedesaan maupun perkotaan dan masyarakat terpelajar adalah olahraga permainan bola voli, ini dikarenakan olahraga ini mudah untuk dipelajari baik dalam teknik maupun aturan-aturan dalam permainan. Dengan kemudahan-kemudahan untuk mengakses peraturan dan teknik-teknik dasar dan proses modifikasi permainan ini pun mudah sehingga dalam perkembangannya olahraga bola voli yang biasanya menggunakan 6 orang pemain setiap tim dapat dirubah hanya hanya menggunakan 4 orang pemain yang dimainkan oleh kalangan anak di usia diatas 12 tahun.

Di kalangan pelajar khususnya SMP dan SMA permainan ini menjadi salah satu permainan paporit yang ada di setiap sekolah ini dikarenakan setiap 2 tahun sekali sering diadakan turnamen bola voli yang dikenal dengan O2SN yang diikuti oleh pelajar tingkat SMP ini sebabnyan ifen tersebut menjadi sangat bergengsi, salah satu sekolah yang serin mengikuti ifen ini adalah sekolah SMP N 4 Kota Gorontalo yang saat ini mengaktifkan latihan melalui kegiatan ekstra kuklikuler namun sampe saat ini SMP N 4 Kota Gorontalo belum dapat

mendulang prestasi yang maksimal, ini yang menjadi salah satu tugas pelatih dapat mendulang prestasi yang maksimal. Ini menjadi salah satu tugas bagi pelatih di sekolah ini tentang bagaimana peningkatan dalam latihan sehingga peningkatan prestasipun dapat dicapai dengan maksimal.

Memang harus dipahami olahraga bola voli di SMP N 4 Kota Gorontalo dilakukan pembinaan dan latihan melalui kegiatan ekstra kulikuler baru dilakukan dua tahun terakhir sehingga masih butuh waktu yang cukup panjang dalam mengembangkannya, ini menjadi suatu tantangan tersendiri bagi pelatih dan Pembina olahraga ini, terlebih lagi dukungan dari kepala sekolah dan seluruh guru yang ada di SMP N 4 Kota Gorontalo sangat positif dengan hal ini memang harus dibayar dengan prestasi yang juga positif.

Sebagai salah satu mahasiswa pendidikan kelatihan olahraga yang melaksanakan PPL 2 di SMP N 4 Kota Gorontalo saya mengamati masih banyak yang harus diperbaiki dalam proses latihan fisik maupun teknik dasar yakni service dan passing-pasing yang belum dapat dilakukan dengan maksimal, oleh karena itu saya melihat harus dilakukan latihan pada salah satu teknik dasar tersebut yang akan dapat menunjang pada saat pertandingan nanti yakni pelaksanaan servis ini dikarenakan dalam permainan bola voli servis menjadi modal penting untuk mendapatkan poin.

Oleh karena itu perlu adanya pendekatan yang dapat dikembangkan kemampuan-kemampuan dasar yang ada pada siswa sehingga menjadi kemampuan dan keterampilan yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini Comy Semiawan menyimpulkan bahwa kemampuan-kemampuan

mendasar, pada prinsipnya telah ada dalam diri siswa perlu dikembangkan menjadi keterampilan. Keterampilan tersebut melalui proses latihan-latihan tertentu. Salah satunya adalah latihan kekuatan otot lengan, yang mana apabila seorang atlet memiliki kekuatan otot lengan yang baik maka ia akan maksimal dalam mengikuti permainan bola voli khususnya melakukan servis bawah.

Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis mengemukakan sebuah penelitian yakni “ **Pengaruh Latihan Dumbbel Terhadap Ketepatan Melakukan Servis Bawah Pada Permainan Bola Voli SMP Negeri 4 Kota Gorontalo.**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, penulis mengidentifikasi masalah sebagai: (1) Kekuatan otot lengan merupakan hal terpenting melakukan servis bawah dalam permainan bola voli, (2) Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan modal utama untuk dapat bisa bermain dengan baik, (3) Diasumsikan bahwa terdapat pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan melakukan servis bawah pada permainan bola voli.

1.3 Rumusan Masalah

Sehubungan dengan pokok pikiran pada identifikasi masalah yang ada maka yang menjadi permasalahan adalah bagaimana pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan melakukan service bawah pada permainan bola voli?

1.4 Tujuan Penulisan

Adapun tujuan penulisan ini tidak lain adalah bertitik tolak dari rumusan yang ada yakni: Untuk mengetahui Pengaruh Latihan Dumbbel Terhadap Ketepatan Melakukan Servis Bawah Pada Permainan Bola Voli.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangnilmu kepada guru atau peneliti. Dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian-penelitian yang akan di lakukan oleh para guru. Penelitian ini juga diharapkan memberikan ilmu kepada siswa. Sehingga para siswa mendapat tambahan ilmu yang bermanfaat bagi diri mereka.

2. Manfaat secara praktis

- a) Sebagai salah satu masukan dan sumbangan pemikiran guna pembinaan olahraga dikalangan siswa.
- b) Sebagai langkah awal peningkatan prestasi bola voli di lingkungan siswa SMP.
- c) Serta sebagai bahan masukan untuk peningkatan prestasi olahraga bola voli di SMP.