

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga saat ini sangat pesat, di mana terdapat banyak cabang-cabang olahraga yang dipertandingkan di tingkat daerah, Nasional, Internasional maupun ditingkat sekolah. Salah satu cabang olahraga yang populer ditingkat sekolah, yakni permainan Bola Voli. Permainan Bola Voli merupakan cabang olahraga beregu yang melibatkan banyak orang yang sudah menguasai teknik permainan bola Voli, baik individu maupun beregu. Cabang olahraga bola voli merupakan salah satu cabang yang sangat digemari oleh siswa/siswi di mts negeri 1 Telaga Biru, dimana permainan ini sangat menarik bagi para siswa dan mereka sangat senang bermain bola voli. Dalam hal penguasaan tehnik, para siswa sudah menguasai tehnik *spike* dalam permainan bola voli. Akan tetapi loncatan mereka untuk melakukan *spike* tersebut masih kurang maksimal. Hal ini memotivasi peneliti untuk lebih meningkatkan tinggi loncatan mereka agar pukulan *spike* mereka akan lebih tajam. Kemampuan *Vertical Jump* dalam cabang olahraga bola voli adalah kebutuhan mutlak yang harus dimiliki oleh setiap pemain voli, karena *Vertical Jump* sangat dibutuhkan oleh setiap pemain untuk melakukan serangan ke daerah lapangan lawan untuk mendapatkan *point*. Semakin tinggi *vertical jump*nya biasanya memiliki pukulan yang sangat mematikan, Jadi kemampuan *vertical Jump* sangat penting dalam permainan bola voli. Khususnya untuk pemain remaja latihan ini harus ditingkatkan, karena dalam masa ini pemain remaja mengalami perkembangan secara cepat dari fisiologis maupun fisik. Salah satu latihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan *Vertical Jump* ini adalah dengan latihan *Skipping*, karena dengan latihan *skipping* ini akan memperoleh kegunaan yang sangat banyak untuk berbagai macam otot yang digunakan untuk melakukan *Vertical Jump*. Selain bermanfaat banyak, latihan *Skipping* ini juga sangat sederhana dan bisa dilakukan

dimana saja. Berdasarkan latar belakang ini penulis tertarik untuk meneliti **Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Tinggi loncatan *Vertical* Pada Pemain Bola Voli Putera di Mts Negeri 1 Telaga Biru.**

1.2 Identifikasi Masaalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut yaitu :

1. Apakah latihan skipping dapat berpengaruh terhadap tinggi lompatan *vertical jump* dalam permainan bola voli.
2. Bagaimana latihan skipping dapat berpengaruh terhadap tinggi lompatan *vertical jump* dalam permainan bola voli.
3. Adakah terdapat korelasi dari latihan skipping terhadap tinggi lompatan *vertical jump* dalam permainan bola voli.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi permasalahan penelitian yaitu “pengaruh latihan *skipping* terhadap tinggi lompatan *vertical* pada permainan bola voli putra di MTs Negeri 1 Telaga Biru”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Adakah terdapat pengaruh latihan *skipping* terhadap tinggi lompatan pada permainan bola voli siswa MTs Negeri 1 Telaga Biru.

1.5 Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar pengaruh latihan *Skipping* terhadap peningkatan tinggi lompatan *vertical* pada pemain bola voli putra di MTs Negeri 1 Telaga Biru.

1.6 Manfaat Penelitian

Secara teoritis hasil penelitian ini akan memperkaya dan menambah pengetahuan penulis khususnya dan khasanah keilmuan para pembaca umumnya serta tidak membosankan pada anak didik yang dibinanya.

Secara praktis memberikan informasi kepada, guru pendidikan jasmani, serta pelaku olahraga tentang kegunaan dan pengaruh latihan *Skipping* terhadap peningkatan tinggi lompatan *vertical* dalam permainan bola voli.