

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dunia olahraga sering pula di implementasikan sebagai ajang sportifitas. Dimana, olahraga merupakan wadah pencarian maupun penyaluran bakat dan hobby dalam bidang olahraga itu sendiri, ragam cabang olahraga menjadi sebuah pilihan tersendiri bagi para peminatnya, Pengembangan dunia olahraga dewasa ini, cukup berkembang pesat dan membawa beberapa nama olahragawan kita kekanca international.

Olahraga saat ini menjadi pembicaraan hanga dikalangan masyarakat, karena maraknya pemberitaan mengenai beberapa cabang olahraga, seiring dengan berkembangnya dunia olahraga, banya kalangan masyarakat yang mulai mengasah kemampuannya. Hal ini dapat menjadi nilai kepuasan tersendiri bagi para olahragawan, dengan mulai bermunculannya olahragawan muda berbakat.

Meninjau pengembangan dunia olahraga saat ini, tentu tidak lepas dari peran para pelatihnya. Minat yang terselubung dapat diapresiasi sehingga menjadi sebuah prestasi, olahrag menjadi salah satu *ivent* bangsa, hal ini di buktikan dengan diselenggarakannya ajang *sea games* atau *southeast asia* {ajang games se-asia tenggara}. Dengan teretusnya Indonesia

Olahraga merupaka kebutuhan dasar manusia sebagai anugrah dari Tuhan Yang Maha Esa. Pengembangan suatu cabang olahraga tidak lepas dari unsur penunjang, baik sarana maupun prasarana karna itu juga merupakan yang paling di butuhkan oleh para pelatih maupun atlit dan dengan sarana maupun prasarana kita dengan cepat dapat mengembangkan potensi maupun bakat anak didik kita.

Dunia olahraga adalah dunia yang paling di gemari, dan salah satu cabang olahraga paling menonjol saat ini adalah cabang olahraga bola voli, karna hampir setiap bulan maupun tahun pasti ada yang namanya pertandingan bola voli dan tentu hal ini akan menarik di simak untuk memotivasi anak bangsa terutama para pelajar dan mahasiswa yang berbakat dibidangnya, agar lebih mengasah kemampuan mereka, membahas dunia olahraga tentu tidak akan ada habisnya, namun olahraga selalu menjadi topik yang sangat menarik untuk di perbincangkan. Karena banyak hal-hal baru yang cukup menyedot perhatian kita untuk menjadi titik acuan agar lebih baik kedepannya. Saat ini, mulai bermunculan lembaga maupun organisasi yang mengembangkan cabang-cabang olahraga tertentu, dalam dunia pendidikan, olahraga juga diselipkan menjadi sebuah mata pelajaran dasar,

Keolahragaan juga memiliki fakultas tersendiri di perguruan tinggi. Inidi buat semata-mata untuk lebih meningkatkan SDM yang ada, dan mengembangkan potensi yang ada dalam diri pelajar maupun mahasiswa, berbagai macam bentuk penghargaanpun di berikan untuk menyemangati para pelakon lapangan hijau. Olahraga umumnya, hanya di jadikan sebagai alat alternative penguatan tubuh, dan relaksasi diri. Namun saat ini, olahraga terus berkembang menjadi aset yang kedudukannya patut di pertimbangkan. Karena selain memiliki nilai kepuasan tersendiri dalam melaksanakannya, olahraga juga mampum memberikan kepuasan baik secara personal maupun finansial. Berbagai pemberitaan seputar dunia olahraga cukup membawa nama-nama anak bangsa yang berprestasi dibidang ini, di kenal oleh masyarakat. Mereka mendapat perhatian tersendiri di ruang publik.

Pada umumnya permainan voli ball atau olahraga bola voli adalah salah satu cabang olahraga yg paling di gemari termasuk negara indonesia karna olahraga ini hampir semua lapisan masyarakat termasuk anak-anak bahkan sampai orang tua pun sangat menggemari olahraga ni dan dalam permainan ini sangat di perlukan kekuatan fisik.

Untuk itu peranan konsep dasar dan tehnik dasar yang matang berpengaruh dalam memperoleh hasil permainan bola voli yang baik. Tehnik yang sangat penting yang harus di kuasai pada permainan bola voli adalah tehnik servis atas. Teknik servis terdiri dari *Underhand Service, Overhead Service, Floating Service, Jump Service*.

Servis atas adalah merupakan tehnik yang sulit yakni gerakan bola di pukul dan di arahkan dengan gerakan pergelangan tangan, berat badan di pindahkan di kaki sebelah depan, gerakan lengan terus di lanjutkan sampai melewati paha yang lainnya sehingga bola berputar keatas. Maka di perlukan latihan *Medicine Ball Push Up* pada tehnik ini untuk mendapat hasil yang maksimal.

Namun kenyataan yang di lapangan menunjukkan bahwa siswa yang ada di Smk Negeri 1 Suwawa terutama kelas X masih belum menunjukkan hasil yang maksimal. Hal ini di sebabkan karena siswa tersebut masih kurang mengerti dan menguasai tehnik dalam permainan bola voli. Hal ini di lihat dari hasil observasi yang di lakukan oleh peneliti di lapangan ketika melaukan Ppl 2 dan dan sudah di lakukan tes oleh peneliti agar mengetahui kemampun siswa dalam melakukan servis atas dalam permainan bola voli masih banyak yang tidak bias melakukannya dengan baik atau belum bias melewati net. dari sekian siswa yang ada di Smk Negeri 1 Suwawa terutam kelas X menunjukkan bahwa hanya sekitar 70% yang memahami tapi belum mampu melakukan tehnik servis atas dan 30% yang melakukan tehnik servis atas tersebut. Karena pentingnya servis atas dalam permainan bola voli ini, maka perlu di temukan upaya-upaya yang dapat meningkatkan servis atas dalam program latihan secara *sistematis*.

Setelah di analisa bahwa para pemain yang belum bisa melakukan servis atas dengan baik harus di berikan latihan beban atau yang biasa di namakan beban luar dengan bentuk latihan berupa *Medicine Ball Push Up*, karena dengan latihan beban tersebut dapat

meningkatkan otot lengan, karena otot lengan ini dapat berpengaruh pada permainan bola voli terutama terhadap pukulan servis atas.

Semua latihan beban atau yang di katakan beban luar yaitu untuk bertujuan agar Servis atas dalam permainan bola voli yang di lakukan oleh Siswa Kelas X bisa melewati net dengan baik dan tepat pada sasaran yang di tujuh, semua itu dapat dilakukan dengan melatih otot lengan dan pada intinya kita harus membutuhkan salah satu komponen fisik yaitu Kekuatan inilah yang harus di butuhkan oleh otot lengan agar dapat melakukan Servis atas dengan baik .

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya, maka penulis mengidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

- a) Olahraga bola voli di Smk Negeri 1 Suwawa pada khususnya kelas X masih perlu mendapat perhatian.
- b) Latihan *medicine ball push up* merupakan salah satu metode latihan yang dapat meningkatkan serta memberikan pengaruh terhadap siswa dengan waktu yang tidak lama dalam mencapai kemampuan servis atas yang maksimal.
- c) Latihan *medicine ball push up* sangat cocok untuk digunakan sebagai metode latihan dalam meningkatkan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli di Smk Negeri 1 Suwawa khususnya kelas X.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

Apakah latihan *medicine ball push up* dapatmem pengaruhi Kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada Siswa Kelas X Smk N 1 Suwawa?

1.4 Tujuan Penelitian

Secara umum tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *medicine ball push up* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada Siswa Kelas X Smk N 1 Suwawa.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoretis

Diharapkan hasil penelitian ini bisa berguna bagi peneliti dan guru penjasorkes dalam mengembangkan latihan *medicine ball push up* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli.

b. Manfaat praktis

Dapat menambah wawasan peneliti, terutama mengenai manfaat latihan *medicine ball push up* terhadap kemampuan servi satas dalam permainan bola voli dan dapat membantu siswa dalam meningkatkan latihan *medicine ball push up* terhadap kemampuan servis atas dalam permainan bola voli.