

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada dasarnya manusia, baik anak-anak, orang dewasa, pria maupun wanita senang melakukan permainan. Dari rasa senang bermain inilah sehingga mudah diketahui keadaan asli tiap orang yang sedang melakukan permainan, sebab secara tidak sadar mereka secara spontan berbicara, bertindak dan bertingkah laku sesuai dengan kebiasaan masing-masing.

Fungsi-fungsi kejiwaan dan kepribadian sangat mungkin dikembangkan melalui kegiatan-kegiatan bermain. Hal ini disebabkan oleh karena didalam bermain banyak kejadian-kejadian yang melibatkan keaktifan kejiwaan dan kepribadian masing-masing pesertanya.

Bentuk-bentuk olahraga yang sangat tepat dan efisien untuk diberikan agar tercapainya cita-cita bangsa salah satunya yakni melalui Permainan dalam olahraga, karena disadari atau tidak disadari, dengan permainan dalam cabang olahraga di tingkat dunialah yang dapat mengangkat nama baik bangsa dan negara kita dimata dunia.

Permainan merupakan cabang olahraga yang digunakan sebagai alat dalam usaha pendidikan. Tiap kali kita menggunakan suatu alat pasti kita mengharapkan kegunaan alat itu dalam segala usaha kita untuk mencapai tujuan. Sampai seberapa jauh peranan permainan dalam pembentukan pribadi anak dan seberapa besar bantuan permainan dalam membantu untuk mempelajari dan meningkatkan keterampilan cabang-cabang olahraga.

Manusia melakukan kegiatan olahraga, pertama adalah kegiatan olahraga untuk rekreasi, yaitu mereka yang melakukan olahraga hanya untuk mengisi waktu senggang. Kedua adalah mereka yang melakukan olahraga untuk tujuan pendidikan, seperti olahraga yang di sekolah-sekolah yang diasuh oleh para guru olahraga. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai kesegaran jasmani. Sedangkan yang keempat adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga, untuk mencapai prestasi sebagai sasaran terakhir.

Cabang olahraga bola voli merupakan salah satu 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 darimasyarakat.

Makadari itu guru sebagai akademis atau penyelenggarapendidikansekaligus sebagai motivator dalam proses pendidikan, dan mempunyai peran penting dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Cabang olahraga bola voli termasuk cabang olahraga yang banyak dipertandingkan melalui pertandingan antar sekolah, dan berdasarkan pengamatan langsung di lapangan bahwa pada dasarnya siswa SMA masih belum mahir dalam hal penguasaan berbagai macam tehnik dasar permainan ini secara baik dan benar. Hal ini dikarenakan pembinaan minat dan bakat pada cabang olahraga ini masih belum optimal dibanding dengan cabang olahraga yang lain.

Salah satu sekolah yang menyelenggarakan pendidikan jasmani, pendidikan olahraga dan pendidikan kesehatan adalah SMA Negeri 4 Kota

Gorontalo. Akan tetapi dalam hal pelaksanaannya masih banyak kendala yang ditemui oleh guru, seperti halnya kekurangan bahan belajar, media pembelajaran atau bahkan menyangkut fasilitas olahraga, dimana kendala tersebut benar-benar menjadi penghambat utama berlangsungnya proses pembelajaran, sehingga tujuan yang ingin diraih melalui proses pembelajaran tersebut sangat sulit untuk dicapai. Hal ini tentu berpengaruh pada kemampuan siswa dalam hal pengembangan bakat.

Seperti yang terjadi pada tim bola voli putra SMA negeri 4 Kota Gorontalo, penulis melihat bahwa kurangnya kemampuan siswa dalam hal penguasaan salah satu teknik dasar yaitu dalam melakukan jump serve yang disebabkan oleh kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan lompatan. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan penelitian dengan formulasi judul: *“Pengaruh Latihan leg press Terhadap peningkatan kemampuan lompatan dalam melakukan jump serve pada Permainan Bola Voli Di SMA Negeri 4Kota Gorontalo”*.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya, maka penulis mengidentifikasi permasalahan sebagai berikut: Apakah latihan leg press berpengaruh terhadap kemampuan lompatan, Bagaimana latihan leg press berpengaruh terhadap kemampuan lompatan, Adakah korelasi latihan leg press dengan kemampuan lompatan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah terdapat pengaruh latihan *leg press* terhadap peningkatan kemampuan lompatan dalam melakukan *jump serve* pada permainan Bola Voli di SMA Negeri 4 Kota Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *lag press* terhadap peningkatan kemampuan lompatan dalam melakukan *jump serve* pada permainan bola voli.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini bisa berguna bagi peneliti dan guru penjasorkes dalam mengembangkan latihan *leg press* terhadap kemampuan lompatan dalam melakukan *jump serve* dalam permainan bola voli.

b. Manfaat praktis

Dapat menambah wawasan peneliti, terutama mengenai manfaat latihan *leg press* terhadap kemampuan lompatan dalam melakukan *jump serve* pada permainan bola voli. Dapat membantu siswa dalam meningkatkan latihan *leg press* terhadap kemampuan lompatan dalam melakukan *jump serve* permainan bola voli.