

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia selalu melakukan aktifitas olahraga, aktifitas itu berupa gerak yang membutuhkan keaktifan setiap anggota tubuh sesuai dengan fungsinya masing-masing. Manusia sadar dengan berolahraga dapat memelihara, mengembangkan dan meningkatkan fungsi organ tubuh atau kesegaran jasmani. Olahraga merupakan suatu aktifitas fisik manusia yang terdiri dari berbagai unsur yang meliputi segala kegiatan atau usaha untuk mendorong, mengembangkan, membangkitkan dan membina kekuatan-kekuatan jasmani maupun rohani pada setiap manusia.

Olahraga juga merupakan salah satu bentuk perilaku manusia yang sangat memerlukan suatu kondisi fisik atau keadaan tubuh yang prima. Kondisi fisik merupakan suatu komponen yang tidak dapat dipisahkan dari aktivitas manusia karena kondisi fisik yang prima adalah suatu syarat yang sangat diperlukan untuk peningkatan prestasi pada seorang atlet. Banyak olahraga yang membutuhkan kondisi fisik yang prima diantaranya cabang olahraga permainan, termasuk cabang olahraga bola voli.

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan besar yang dimainkan oleh 2 regu dan masing-masing regu terdiri 6 orang pemain. Permainan ini adalah kontak tidak langsung, sebab masing-masing regu bermain dalam lapangannya sendiri dan dibatasi oleh jaring atau net. Prinsip bermain bola voli adalah memantul-mantulkan bola agar jangan sampai bola menyentuh lantai,

bola yang dimainkan sebanyak-banyaknya tiga sentuhan dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola hasil sentuhan itu disebrangkan ke lapangan lawan melewati bagian atas jaring (*net*) dan diusahakan sesulit mungkin diterima oleh pemain lawan.

Permainan bola voli memerlukan unsur fisik yang sangat menunjang penampilan seorang pemain. Adapun unsur fisik yang dimaksud antara lain: kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukan, kelincahan, keseimbangan, ketepatan, reaksi dan koordinasi. Semua unsur fisik tersebut harus dilatih secara bertahap supaya menghasilkan kemampuan yang baik.

Pada permainan bola voli untuk meningkatkan kualitas permainan, maka perlu adanya penguasaan teknik dasar yang baik. Atlet maupun pemain yang menguasai teknik dasar dengan baik dan didukung dengan kemampuan fisik yang memadai akan dapat menampilkan permainan bola voli secara terampil. Adapun teknik dasar yang perlu dikuasai adalah servis, *passing* atas, *passing* bawah, *smash*, dan *block*.

Salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang perlu mendapat perhatian khusus pada saat bermain adalah kemampuan melakukan *passing* atas. *Passing* atas, merupakan elemen yang penting, dalam permainan bola voli. Penguasaan teknik *passing* atas yang baik akan menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik. Apalagi jika dilakukan secara bervariasi, maka seluruh potensi penyerangan regu dapat dimanfaatkan.

Passing atas merupakan salah satu teknik untuk membantu jalannya permainan bola voli dengan cara: Ambil posisi dengan sikap siap untuk

memainkan bola berdiri dengan kedua kaki terbuka selebar bahu, salah satu kaki berada di depan berat badan bertumpu pada tapak kaki bagian depan, lutut di tekuk dengan badan merendah, tempatkan badan secepat mungkin di bawah bola, dengan kedua lengan diangkat dan ditekuk, kedua tangan terbuka lebar jari-jari terbuka membentuk mangkok seperti setengah lingkaran ibu jari dan telunjuk membentuk segitiga, kedua siku tidak terlalu terbuka kesamping.

Saat melakukan gerakan *passing* atas, diperlukan tehnik yang baik sehingga menghasilkan hasil yang optimal. Pada pelaksanaan *passing* atas lengan bahu terdapat dua komponen kondisi fisik yang tidak dapat dipisahkan dan merupakan penunjang utama gerakan yaitu kekuatan otot dan kecepatan otot untuk mengarahkan tenaga maksimal untuk mengatasi tahanan dalam waktu yang relatif singkat. Dengan demikian, kondisi fisik menjadi salah satu faktor yang sangat penting dalam menunjang prestasi atlet atau pemain. Hal ini berarti bahwa dengan adanya kondisi fisik yang baik maka pelaksanaan teknik *passing* atas akan dapat dilakukan dengan baik.

Berdasarkan hasil pengamatan yang terjadi dilapangan ternyata masih banyak siswa yang dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes khususnya bola voli masih banyak yang belum mampu melakukan teknik dasar khususnya *passing* atas dengan teknik dan ketepatan yang benar saat melakukan permainan bola voli. Hasil rata-rata observasi kemampuan siswa dalam pembelajaran bola voli terutama *passing* atas sehingga tidak dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

Salah satu metode untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada permainan bola voli pada *passing* atas secara berpasangan. Melalui metode berpasangan ini

diharapkan dapat meningkatkan minat dan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan *passing* bola secara baik dan akurat. Melalui metode ini siswa melakukan latihan secara berpasangan dan bergantian dan saling mengoreksi satu sama lain tentang kekurangan-kekurangan atau kesalahan yang dilakukan oleh pasangannya dalam hal melakukan *passing* atas. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “*Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Metode Berpasangan Siswa Kelas X^G SMA Negeri 1 Toili*”.

B. Identifikasi Masalah

Rendahnya kemampuan *passing* atas dan rendahnya kemampuan tentang metode berpasangan sehingga mempengaruhi rendahnya kemampuan bermain bola voli dengan baik dan benar.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah penerapan metode berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi *passing* atas di kelas X^G SMA Negeri 1 Toili Kecamatan Toili Kabupaten Banggai?”.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar *passing* atas permainan bola voli dengan menggunakan metode berpasangan pada siswa kelas X^G SMA Negeri 1 Toili.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu:

1. Manfaat Teoretis

- a. Bagi guru memberikan pemahaman tentang penerapan metode berpasangan untuk dijadikan sebagai cara dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran penjas khususnya pada materi *passing* atas
- b. Bagi peneliti dapat mengetahui tentang penggunaan metode berpasangan sehingga dapat diterapkan jika kelak menjadi guru.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru

Sebagai bentuk pengalaman secara langsung menggunakan metode berpasangan pada pembelajaran bola voli khususnya materi *passing* atas.

b. Bagi siswa

Siswa mendapat kesempatan dan pengalaman belajar Penjas dalam suasana yang menyenangkan dan meningkatkan hasil belajar siswa.

c. Bagi sekolah

- d. Sebagai bahan informasi dan evaluasi dalam upaya perbaikan dan peningkatan pembelajaran Penjas sehingga dapat menunjang tercapainya tujuan pembelajaran dan daya serap siswa sesuai yang diharapkan.

e. Bagi peneliti

Menjadi sumber pengalaman langsung tentang keefektifan metode berpasangan pada pembelajaran bola voli khususnya materi *passing* atas.