

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini perkembangan olahraga begitu pesat khususnya olahraga bola voli, semenjak Olahraga ini di ciptakan oleh *William C. Morgan*, tahun 1895. yg pada saat itu berprofesi sebagai seorang pembina pendidikan jasmani pada *Young Men Association*, yang ini pun membawa pengaruh besar di lingkungan pelajar khususnya di lingkungan Mahasiswa putra pendidikan kepelatihan olahraga semester II . akan tetapi hal ini terjadi atas beberapa faktor yg mempengaruhi baik itu dari alat-alat, pelatih yg profesional, latihan yang maksimal dan disertai dengan kesehatan kebugaran dan kemauan pemain itu sendiri.

Tetapi nampaknya semua itu belum dapat terealisasikan di lingkungan pencinta Olahraga ini karena dengan melihat prestasi-prestasi yg diraih di lingkungan.

Olahraga merupakan satu rangkaian kegiatan yang bisa membawa nama Universitas Negeri Gorontalo lebih khususnya di kampus FIKK di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga menjadi terkenal. Hal ini dapat dilihat dari faktor kebugaran jasmani dan prestasi yang dimiliki untuk mengharumkan nama Universitas Negeri Gorontalo lebih khususnya di kampus FIKK di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga , baik ditingkat nasional maupun internasional. Kemajuan Universitas Negeri Gorontalo lebih khususnya Fakultas FIKK di Jurusan Kepelatihan Olahraga akan meningkat apabila ditunjang dengan ilmu dan teknologi, Sekarang ini olahraga merupakan salah satu bagian hidup yang terpenting dari aktifitas hidup manusia,

karena kegiatan olahraga yang dilakukan secara teratur dan terencana akan dapat meningkatkan kebugaran jasmani seseorang. oleh karena itu olahraga sangat berperan dalam meningkatkan kualitas manusia seutuhnya yakni sehat jasmani dan rohani, tangguh serta disiplin, berjiwa sportifitas yang tinggi meningkatkan prestasi. Seorang guru dalam meningkatkan prestasi olahraga. Dalam meningkatkan prestasi belajar siswanya harus berupaya untuk lebih kreatif dalam melatih olahraga, karena olahraga terutama olahraga bola voli merupakan landasan awal dalam pencapaian kesuksesan. Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang tertua yang telah ada dan dilakukan oleh manusia sejak jaman purba sampai sekarang ini. Bahkan dapat dikatakan sejak adanya manusia di muka bumi ini, bola voli sudah ada dan dilakukan oleh manusia. Hal tersebut dikarenakan setiap gerakan dalam bola voli seperti service, passing, blocking, smash merupakan perwujudan dari gerakan dasar dalam kehidupan manusia sehari-hari.

Gerakan-gerakan olahraga yang terdapat pada semua cabang olahraga, pada intinya merupakan gerakan dasar yang berasal dari gerakan pada olahraga bola voli. Oleh karena itu, tidak berlebihan kiranya jika dikatakan bahwa bola voli merupakan ibu dari semua cabang olahraga. bola voli juga

merupakan sarana pendidikan jasmani bagi peserta didik dalam upaya meningkatkan daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan lain

sebagainya. Suatu olahraga, merupakan salah satu muatan pendidikan dalam segala jenjang tingkatan pendidikan. Selain untuk keseragaman materi pendidikan, juga merupakan salah satu metode strategi sasaran pendidikan atau berusaha mencapai

suatu tahap tertentu. Hal ini ditandai dengan sering diadakannya kejuaraan atau pertandingan yang mengikuti sertakan pelajar dan memperlombakan Cabang-- cabang olahraga yang di antaranya adalah bola volly dan meliputi service,pasing,blocking,smast.

Olahraga adalah puncak dari penampilan seorang olahragawan yang dicapai dalam suatu pertandingan. Setelah melalui berbagai macam latihan dan uji coba. Demikian pula para mahasiswa yang telah belajar dan menekuni cabang olahraga bola volly untuk memperoleh prestasi yang maksimal tidak terlepas dari usaha pembinaan. Pembinaan merupakan suatu usaha yang dilakukan untuk meningkatkannya. Pembinaan dapat dilakukan dengan cara berlatih secara bertahap dan sistematis sesuai dengan aturan yang tepat.

Dari latar belakang masalah diatas maka saya mengformulasikan sebuah penelitian dengan judul “ *Pengaruh Latihan Dumbell Push Up Terhadap Peningkatan Smash Dalam Permainan Bola volly Pada Mahasiswa Putra Pendidikan Kepelatihan Olahraga Semester II* ”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut.

Bagaimana peningkatan mahasiswa putra Pendidikan kepelatihan olahraga semester II

Melakukan pelatihan peningkatan smash pada mahasiswa putra pendidikan kepelatihan olahraga semester II.

Bagaimana pengaruh pelatihan *Dumbbell Push Up* terhadap peningkatan otot bahu?

1.3 Rumusan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut : Apakah terdapat pengaruh latihan *Dumbbell Push Up* Terhadap peningkatan Smash Dalam Olahraga bola volly pada mahasiswa putra pendidikan kepelatihan olahraga..?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dilaksanakan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Dumbbell Push Up* terhadap peningkatan smash dalam permainan bola volly pada mahasiswa putra pendidikan kepelatihan olahraga semester II

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Sebagai salah satu alternatif pemecahan masalah terhadap kendala-kendala dalam pembinaan Olahraga bola volly.
- b) Dapat di jadikan bahan masukan yang objektif bagi dosen matakuliah penjas kes tentang pengaruh latihan dan *Dumbbell Push Up* dalam proses pembelajaran cabang olahraga bola volly.
- c) Mendiskripsikan secara ril tentang peningkatan mahasiswa dalam memecahkan berbagai masalah pada cabang olahraga bola volly.
- d) Secara teoritis hasil penelitian ini akan memperkaya dan menambah pengetahuan penulis khususnya dalam khasanah para pembaca umumnya, serta tidak

membosankan pada Mahasiswa Pendidikan Keperawatan Olahraga.