

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani di lembaga–lembaga pendidikan diantaranya ialah untuk meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diaplikasikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan suatu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan. Dan pada kenyataannya masyarakat sangat banyak mengharapkan peningkatan kemampuan peserta didik terutama dalam cabang olahraga. Oleh karena itu masyarakat tersebut timbul persoalan mendasar yaitu bagaimanakah cara meningkatkan kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan cabang olahraga, sehingga alokasi waktu yang tersedia dan sarana pada satu sekolah dapat diefektifkan penggunaan dan tujuan yang diinginkan dapat secara maksimal. Cabang olahraga permainan bola voli merupakan suatu cabang olahraga yang sangat memasyarakat, oleh karena itu peningkatan keterampilan bola voli para siswa di suatu sekolah sudah merupakan suatu keharusan setelah melihat tuntutan yang sangat besar dari masyarakat.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat bermutu untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik psikis yang seimbang.

Salah satu cabang olahraga yang dapat meningkatkan kesehatan adalah cabang olahraga Bola voli. Permainan Bola voli merupakan salah satu diantara banyak cabang olahraga yang populer di masyarakat. Hal terbukti bahwa Bola voli banyak dimainkan di sekolah-sekolah, di kantor-kantor maupun di kampung-kampung.

Bola voli merupakan cabang olahraga permainan yang telah dikenal masyarakat mulai dari usia anak-anak sampai dewasa baik laki-laki maupun perempuan. Kegunaan bermain Bola voli dalam pembentukan individu secara harmonis antara perkembangan jasmani dan rohani sangatlah besar pengaruhnya. Untuk mendapatkan pemain-pemain yang berkualitas dalam permainan Bola voli, dibutuhkan komponen-komponen kesegaran jasmani, seperti halnya kecepatan, daya ledak, kekuatan, dan koordinasi, dan lain-lain. Dalam permainan Bola voli *smash* merupakan senjata dalam mendapatkan angka. Untuk melakukan *smash* yang baik juga harus didukung oleh komponen-komponen tersebut di atas, disamping penguasaan teknik-teknik dasar yang sempurna.

Namun demikian hal-hal tersebut sering diabaikan dan berakibat tidak sempurnanya *smash* yang dilakukan oleh pemain. *Smash* merupakan salah satu teknik dasar yang ada dalam permainan Bola voli, oleh sebab itu harus selalu dilatih dan dikembangkan. *Smash* merupakan salah satu bentuk serangan yang dilakukan dengan cara bervariasi dan menarik. Karena *smash* dilakukan dengan pukulan yang keras atau kuat, sehingga besar kemungkinan untuk mematikan bola di lapangan lawan. Bagi regu yang tidak baik kemampuannya melakukan *smash* sangat sulit untuk memenangkan pertandingan. *Smash* juga merupakan senjata utama dalam

mematikan bola, oleh sebab itu kemampuan *smash* sangat di butuhkan dalam permainan Bola voli.

Untuk mendapatkan kualitas *smash* yang baik banyak factor yang mempengaruhi, salah satu adalah kemampuan atau kondisi fisik. Menurut pengamatan penulis di SMP NEGRI 8 GORONTALO khususnya pemain bola voli Putra hasil *smash*nya kurang memuaskan, hal ini Nampak ketika melakukan lompat hasilnya kurang tinggi sehingga sangat sulit untuk memukul bola diatas net dengan baik. Tingginya lompatan dapat diperoleh hasil dari kekuatan otot tungkai (Quadricep femoris dan Gastrocnomin) dan untuk ketepatan pukulan dapat diperoleh hasil dari kekuatan otot lengan (Deltoid dan Tricep brachii) yang baik. Oleh karena itu di butuhkan latihan yang meningkatkan kekuatan otot tungkai dan lengan agar bisa melakukan smash dengan baik. Yaitu dengan latihan *squat trust* sehingga bisa melakukan *smash* dengan baik dapat tercapai.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka penulis tertarik mengadakan suatu penelitian dengan judul “ **Pengaruh Pelatihan *Squat Trust* Terhadap Peningkatan Ketepatan *Smash* Dalam Permainan Bola Voli Pada Pemain Bola Voli Putra SMP NEGERI 8 GORONTALO.**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalah yang di hadapi pemain bola voli putra SMP Negeri 8 Gorontalo untuk meningkatkan ketepatan *smash* adalah sebagai berikut:

- 1). Kurangnya memahami latihan *squat trust* terhadap peningkatan ketepatan smash.
- 2). Apakah dengan latihan yang terprogram dapat meningkatkan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putra SMP Negeri 8 Gorontalo?
- 3). Apakah dengan latihan *squat trust* dapat meningkatkan ketepatan *smash* dalam permainan bola voli?

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah sebelumnya, maka dapat dirumuskan masalah yang diteliti sebagai berikut: “ Apakah ada pengaruh latihan *squat trust* terhadap peningkatan ketepatan *smash* dalam permainan bola voli pada pemain bola voli putra SMP Negeri 8 Gorontalo?

1.4 Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas adapun tujuan dari pelaksanaan penelitian ini adalah: untuk mengetahui pengaruh latihan *squat trust* terhadap peningkatan ketepatan *smash* dalam permainan bola voli pada pemain bola voli putra SMP Negeri 8 Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat secara teoritis

Secara umum penelitian memberikan sumbangan pada dunia pendidikan untuk dapat meningkatkan ketepatan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa. Hasil penelitian ini dijadikan dorongan bagi siswa lain dalam meningkatkan keterampilan *smash* mereka.

b. Manfaat secara praktis

Adapun manfaat penelitian secara praktis, bagi peneliti menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penelitian ilmiah untuk dapat dikembangkan lebih lanjut, bagi siswa untuk dapat meningkatkan kemampuan dalam melakukan *smash* pada permainan bola voli dan sebagai masukan untuk dijadikan pedoman bagi peneliti, pelatih, guru olahraga dan sekolah.