

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi di laksanakan dan di arahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional. Pembinaan di lakukan oleh induk organisasi cabang olahraga dengan memberdayakan perkumpulan olahraga untuk menumbuh kembangkan olahraga yang bersifat nasional dan daerah dalam menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan. Upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu terus di laksanakan pembinaan olahragawan sendiri mungkin melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga prestasi yang di dasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif serta peningkatan kualitas organisasi olahraga baik tingkat daerah,tingkat nasional maupun tingkat internasional. Untuk membina atau melahirkan seorang atlit yang berprestasi diperlukan suatu proses pembinaan jangka panjang yang memerlukan penanganan secara sistematis, terarah, berencana, konsisten, dan di lakukan sejak dini atau usia anak sekolah dasar.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan yang di laksanakan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan sesuai perubahan fisik dan mental. Aktivitas jasmani yang di maksud di atas merupakan kegiatan yang di lakukan oleh siswa untuk meningkatkan keterampilan motorik serta kemampuan yang mencapai aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Pendidikan jasmani olahraga terdiri dari beberapa macam cabang olahraga yang di harapkan mampu mengembangkan siswa sesuai dengan tujuan yang ingin di capai dengan kemampuan siswa yang di miliknya untuk mengetahui cabang olahraga bola voli pada umumnya dan pada khususnya pada *passing* bawah.

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua team dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda tentang jumlah

pemain, jenis/ukuran lapangan, angka kemenangan yang digunakan, untuk keperluan tertentu. Namun pada hakekatnya permainan bola voli bermaksud menyebarluaskan kemahiran bermain kepada setiap orang yang meminatinya. Tujuan dari permainan ini adalah melewatkan bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap team dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di perkenaan blok).

Yang dimaksud *passing* dalam permainan bola voli ialah usaha seorang pemain bola voli memainkan bola dengan teknik tertentu, tujuannya adalah untuk mengoper bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau menyeberang-kan bola ke arah lapangan lawan. Teknik dasar *passing* bawah ialah usaha seorang pemain bola voli memainkan bola menggunakan dua lengan yang dirapatkan di depan badan; perkenaan bola pada bagian forehand (depan) lengan bawah. Yang perlu diperhatikan dalam melakukan teknik *passing* bawah ialah sikap permulaan dan posisi tangan sebelum perkenaan dengan bola, sikap dan posisi tangan saat perkenaan dengan bola, dan gerak lanjutan setelah perkenaan bola.

Kelebihan latihan *passing* berpasangan adalah sebagai berikut: 1). Lebih sesuai dengan gerakan dalam permainan sesungguhnya, 2).Arah sasaran nyata yaitu kepada teman sepasangannya 3.)Lebih menarik karena berteman, 4). Lebih bisa saling mengontrol gerakan temanya. Sedangkan kekurangan *passing* berpasangan yaitu: 1). Arah bola sulit di antisipasi 2).Keefektifan latihan bergantung pasangannya 3). Kurang efisien karena harus memerlukan teman dan kelebihan *passing* tidak berpasangan adalah sebagai berikut:1). Lebih leluasa mengatur arah dan keajegan bola, 2). Arah bola lebih cepat bisa di antisipasi 3). Anak terbiasa gerak aktif, 4). Lebih efisien karena dapat melakukan latihan tanpa teman sedangkan kekurangan *Passing* tidak berpasangan yaitu: 1). Lebih membosankan, 2).Tidak sesuai dengan gerakan seperti dalam permainan, 3).Tidak bisa saling mengontrol gerakan.

Unsur-unsur fisik yang mempengaruhi *passing* adalah sebagai berikut:

Untuk meningkatkan prestasi di setiap cabang olahraga harus memiliki kondisi fisik yang baik, penguasaan teknik dan psikologi. Dengan memiliki kondisi fisik yang baik maka seseorang akan lebih mudah untuk mencapai prestasi yang baik dan maksimal. Beberapa unsur kondisi fisik yang perlu dimiliki atlet/siswa seperti : kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, daya ledak atau power, ketepatan, koordinasi, dan reaksi.

Kekuatan merupakan unsur kondisi fisik yang paling utama, tanpa kekuatan unsur-unsur kondisi fisik lainnya tidak akan terbentuk. Kekuatan adalah komponen kondisi fisik yang menyangkut masalah kemampuan atlet/siswa menggunakan otot-ototnya menerima beban dalam waktu kerja tertentu. Kekuatan lengan dapat menunjang kemampuan mengarahkan passing dalam permainan bola voli pada sasaran yang diinginkan dan mampu mengontrol tekanan arah datangnya bola sehingga mampu berkonsentrasi pada ketepatan sasaran passing sebagai umpan yang baik untuk dapat dimash oleh teman seregu.

Koordinasi adalah suatu kemampuan biometrik yang sangat kompleks, koordinasi erat hubungannya dengan kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas, dan semuanya menyumbang dan berpadu di dalam koordinasi gerak, oleh karena itu satu sama lainnya memiliki hubungan yang sangat erat. Jika salah satu unsur tidak ada atau kurang berkembang, maka akan berpengaruh terhadap kesempurnaan koordinasi. Koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh, termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model keterampilan gerak seperti pada gerakan melakukan passing pada permainan bolavoli.

Kelentukan sangat besar peranannya dalam upaya menguasai gerakan-gerakan teknik cabang olahraga dan kelentukan mempunyai andil yang besar untuk menguasai gerakan yang baik dalam olahraga, baik secara kuantitatif maupun secara kualitatif artinya jika kelentukannya baik tentu atlet/siswa itu dalam mempelajari gerakan teknik, taktik akan lebih cepat menguasainya. Jika amplitudo gerakan luas maka lebih baik untuk olahraga dan tidak cepat lelah. Kelentukan dapat memberikan

efisiensi gerakan passing pada permainan bola voli, menghemat tenaga, gerakan dapat terkoordinasi dalam suatu pola gerakan passing yang lebih efisien dan efektif.

Untuk melakukan passing bola voli, kekuatan otot lengan diperlukan pada saat perkenaan bola dengan kedua tangan dan mengontrol datangnya bola yang akan dipassing, dan kelentukan diperlukan pada saat menjaga posisi tubuh agar tetap bisa menjangkau bola yang jauh dari badan pemain.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur fisik yang mempengaruhi passing yakni kekuatan, koordinasi, kelentukan, harus benar-benar diperhatikan disetiap atlit terutama cabang olahraga bola voli.

Unsur-unsur teknik yang mempengaruhi passing adalah sebagai berikut:

Passing dalam permainan bola voli merupakan suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dengan satu atau dua tangan dengan tujuan untuk mengarahkan bola ke tempat lawan atau tempat sendiri untuk selanjutnya dimainkan kembali. Dalam permainan bola voli, passing dapat dilakukan dengan cara passing bawah dan passing atas. Passing merupakan salah satu teknik dasar yang mempunyai peranan penting dalam permainan bola voli.

Karena passing merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli yang berfungsi untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman satu tim untuk dimainkan sendiri yang biasanya diumpangkan kepada smasher untuk melakukan serangan terhadap tim lawan. Passing merupakan langkah awal untuk menyusun serangan terhadap tim lawan dan passing juga berfungsi sebagai pertahanan terhadap seranag smash dan untuk menerima service dari lawan. Selain itu, passing juga berperan sangat dominan dalam permainan bola voli maka teknik ini harus dikuasai oleh semua pemain.

Passing adalah teknik mengoperkan bola kepada teman satu tim. Passing merupakan langkah awal penyusunan serangan kepada lawan. Teknik passing terdiri atas dua, yaitu passing atas dan passing bawah.

1)Passing atas

Passing atas dilakukan ketika mengoperkan bola tinggi. Selain itu, passing atas dapat digunakan untuk teknik mengumpan. Berikut cara melakukan passing atas adalah sebagai berikut: a). Berdiri menghadap arah datangnya bola, kedua kaki dibuka selebar bahu dengan salah satu kaki di depan, lutut agak ditekuk. b). Kedua tangan diangkat di depan-atas dahi, jari-jari tangan menghadap ke atas membentuk cekungan. c). Ketika bola tepat berada di depan-atas dahi, lakukan gerakan mendorong sampai siku lurus. Perkenaan bola pada ruas jari pertama dan kedua. Dorongan lengan harus dibantu dengan lecutan pergelangan tangan untuk menghasilkan gerakan memantul. d). Setelah bola didorong dengan bantuan lecutan pergelangan tangan hingga siku agak lurus, pindahkan berat badan dengan melangkahkan kaki ke depan, dan kembali dalam posisi siap.

2) Passing bawah

Passing bawah biasanya dilakukan untuk mengoper bola-bola pendek. Berikut cara melakukan teknik passing bawah adalah sebagai berikut: a). Berdiri menghadap arah datangnya bola, salah satu kaki di depan, kedua lutut ditekuk, dan badan agak dicondongkan ke depan. b). Kedua tangan saling berpegangan, salah satu punggung telapak tangan berada pada telapak tangan yang lain. c). Ketika bola datang, ayunkan kedua lengan dari bawah, sumbu gerakan dari persendian bahu, dan siku lurus. d). Perkenaan bola pada bagian atas pergelangan tangan. e). Setelah melakukan gerak operan, langkahkan kaki belakang ke depan untuk mengambil posisi siap.

Hubungan antara latihan passing berpasangan dan latihan passing tidak berpasangan terhadap passing yaitu kedua bentuk latihan ini berfungsi atau berguna untuk meningkatkan ketepatan passing bawah

Berdasarkan observasi yang dilakukan di MTS Muhammadiyah Kota Gorontalo, dalam pembelajaran penjas khususnya materi bola voli masih ada siswa yang kurang terampil

dalam melakukan *passing* bawah. Hal ini dikarenakan siswa tersebut kurang memperhatikan apa yang dijelaskan oleh guru olahraga, kurangnya minat siswa dalam melakukan pembelajaran penjas tersebut. Oleh karena itu agar siswa dapat mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani dengan baik dan benar dalam melakukan *passing* bawah yaitu melalui Latihan *Passing* Berpasangan dan Latihan *Passing* Tidak Berpasangan

Masalah yang di hadapi MTS Muhammadiyah Kota Gorontalo yaitu masih rendahnya keterampilan dasar *passing* bawah. Untuk itu peneliti mengangkat masalah ini kedalam suatu penelitian, dan untuk memudahkan maka penulis merumuskan judul sebagai berikut: “Perbedaan Pengaruh Latihan *Passing* Berpasangan dan Latihan *Passing* Tidak Berpasangan terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII MTS Muhammadiyah Kota Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian Latar Belakang di atas, maka yang menjadi Identifikasi Masalah adalah latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* tidak berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli. 1) Apakah latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* tidak berpasangan dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada permainan bola voli, 2) Bagaimana latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* tidak berpasangan dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada permainan bola voli, 3) Keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII MTS Muhammadiyah Kota Gorontalo masih belum efektif.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang diuraikan diatas, dapat diajukan permasalahan dalam penelitian ini adalah Apakah ada perbedaan pengaruh antara latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* tidak berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VIII MTS Muhammadiyah Kota Gorontalo.?

1.4 Tujuan Penelitian

Dalam bentuk kegiatan, Tujuan merupakan pemikiran utama karena dengan adanya Tujuan kita memiliki rencana dalam melangkah ke depan, tanpa adanya Tujuan suatu kegiatan tidak akan terarah.

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* tidak berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII MTS Muhammadiyah Kota Gorontalo.?

1.5 Manfaat Penelitian

Dari penelitian di atas, ada dua manfaat yang dapat di peroleh, yaitu secara teoritis dan praktis seperti di bawah ini.

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Untuk menjadi bahan masukan kepada guru olahraga atau pelatih dalam rangka pembinaan, pengembangan dan peningkatan cabang olahraga bola voli pada keterampilan *passing* bawah.
2. Untuk menambah ilmu pengetahuan bagi masyarakat penggemar dan Pembina cabang olahraga bola voli.
3. Untuk mengembangkan prestasi mahasiswa dalam cabang olahraga bola voli.
4. Sebagai referensi pembandingan bagi teman-teman mahasiswa lain guna mengadakan penelitian di kemudian hari

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat berguna bagi para Guru/Pelatih dan Mahasiswa untuk memilih usaha meningkatkan prestasi pada cabang olahraga bola voli.