

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari serta dikenal oleh berbagai kalangan masyarakat, bahkan anak usia remaja sampai usia dewasa dan kalangan ibu rumah tangga gemar ikut berpartisipasi dalam permainan ini. Permainan bola voli dimainkan bukan hanya sebagai ajang untuk hiburan semata, ataupun pengisi waktu senggang, tetapi olahraga ini bertujuan untuk kesegaran jasmani dan juga berguna untuk meningkatkan prestasi.

Prestasi yang tinggi merupakan sarana bagi atlet dan pelatih dalam suatu kecabangan olahraga, baik tingkat daerah, nasional maupun di kanca internasional. Peningkatan prestasi olahraga perlu di lakukan sedini mungkin yaitu memulai pemantauan bakat, pembibitan dan pendidikan yang didasarkan pada ilmu pengetahuan. Teknik yang ada dalam permainan bolavoli diantaranya adalah teknik *service*. Teknik *service* adalah suatu teknik yang sangat penting dan harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli.

Penguasaan terhadap teknik *service* yang baik mempunyai peranan yang penting didalam permainan bola voli, sebab *service* merupakan salah satu kunci utama guna membangun serangan awal yang dapat menentukan keberhasilan dalam permainan bola voli. Keberhasilan suatu team/regu dalam permainan ini, salah satunya dapat di tentukan oleh berhasilnya pemain dalam melakukan *service*. Hal tersebut nampak pula pada siswa SMA Negeri 1 Randangan untuk teknik *service*

masih kurang *optimal*, bola yang dilambungkan masih saja terbendung net, serta bola yang di *service* masih banyak yang tidak masuk didalam lapangan permainan lawan.

Berdasarkan hal di atas, maka dengan ini peneliti tertarik ingin mengadakan penelitian ilmiah akan hal tersebut. Sehingga dalam penelitian ini peneliti mengangkat judul “Pengaruh latihan *Barrier hops* terhadap kemampuan *service* atas pada Siswa putra SMA Negeri 1 Randangan”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Masalah yang dapat diidentifikasi berupa kurang optimalnya *service* atas sehingga bola yang di *service* masih saja mengenai net serta menyebabkan arah jatunya bola kurang tepat sasaran. Hal itu pula dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya karena siswa belum mendapatkan pelatihan *pliometrik* yang khusus untuk mengembangkan kekuatan otot tungkai yang berkontraksi pada saat melakukan *service* atas. Sebab untuk menstabilkan pukulan *service* memerlukan tungkai yang kuat serta berukuran ideal sesuai pemain bola voli pada umumnya.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah ialah berupa;

1.3.1 Apakah ada pengaruh latihan *barrier hops* terhadap kemampuan *service* atas pada siswa putra SMA N 1 Randangan.?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini diuraikan ialah Mengetahui pengaruh latihan *Barrier Hops* terhadap kemampuan servis atas pada siswa putra SMA Negeri 1 Randangan.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

1.5.1 Sebagai dasar yang dapat memberi konsep pemahaman dibidang olahraga.

1.5.2 Sebagai dasar untuk penelitian *relevan* selanjutnya dimasa mendatang.

1.5.4 Sebagai bahan kepustakaan serta *refrensi* didalam bidang ilmu keolahragaan.

1.5.3 Hasil penelitian diharapkan dapat memperjelas informasi mengenai pengaruh dari bentuk latihan yang diterapkan.