

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak tubuh mulai dari anggota tubuh, bagian atas dan bagian bawah. Dikatakan aktivitas karena memiliki tujuan pada akhirnya, yakni kualitas hidup yang meningkat, sehingga tubuh menjadi sehat dan bugar. Aktivitas menyehatkan ini selain mengisi waktu luang, juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengasah kemampuan diri berolahraga atau wadah menjadi atlet profesional dalam olahraga prestasi.

Cabang olahraga bola voli merupakan olahraga yang populer di masyarakat. Mulai dari kalangan anak-anak, remaja, dewasa, maupun orang tua. Olahraga ini tergolong mudah dan murah untuk dilakukan. Tidak jarang, dapat dilihat aktivitas olahraga bola voli ini dilakukan oleh masyarakat, tidak terkecuali di Indonesia, yang selalu memainkan permainan bola voli saat perayaan kemerdekaan negara. Olahraga ini dimainkan oleh 2 tim, masing-masing terdiri atas 6 orang pemain.

Teknik dasar pertama yang dikenal dalam permainan bola voli adalah teknik melakukan servis. Secara sederhana, teknik pada bola voli adalah pemain berdiri di belakang garis belakang lapangan, melemparkan bola ke udara, kemudian memukul bola tersebut ke arah lapangan atau area lawan. Meskipun terdengar sederhana, namun pada pelaksanaan teknik ini juga ada beberapa hal yang harus menjadi perhatian. Tujuan melakukan servis adalah semaksimal mungkin mengarahkan dan menjatuhkan bola pada area lawan yang kosong atau terlihat lemah, sehingga tidak dapat diterima oleh tim lawan. Atau, mengarahkan bola ke area lawan dengan keras dan kecepatan yang tinggi, sehingga tim lawan tidak mampu menahan atau mengendalikannya, dan diharapkan bola tersebut akan keluar lapangan setelah tersentuh pemain lawan. Maka untuk memaksimalkan hasil dari servis tersebut seorang, pemain yang melakukan servis tentunya harus mampu mengatur arah dan kecepatan bola, sehingga tim lawan akan kesulitan untuk menerima, menahan, maupun mengendalikannya servis tersebut. Jika bola yang diservis tersebut mendarat ke area lawan secara langsung (tanpa menyentuh

permainan lawan), maka servis biasa disebut dengan "ace".Sebutan tersebut juga berlaku untuk servis yang keluar lapangan, setelah terlebih dahulu menyentuh salah seorang pemain dari tim lawan.

Menurut Karno Dkk (2012:19) Overhand serve adalah teknik servis yang dilakukan dari atas, yaitu dengan cara melemparkan bola ke udara kemudian memukulnya setelah bola tersebut kembali turun mencapai ketinggian di atas bahu pemain.

Teknik dasar servis dilakukan sebagai awal jalannya pertandingan. Kadang teknik ini dijadikan sebagai ajang untuk memperlihatkan kemampuan pemain secara individual dalam hal kemampuan melakukan pukulan melewati jaring atau net.Tidak jarang, serangan awal ini menjadi sajian tontonan olahraga yang menarik karena aksi servis yang dilakukan pemain yang melakukan teknik servis yang diawali dengan gerakan melompat.

Pengamatan atau survei awal penulis di SMP Negeri 1 Telaga, permainan bola voli merupakan salah satu permainan yang cukup digemari oleh para siswa. Hal ini tidak lain dikarenakan permainan yang satu ini tidak banyak mengeluarkan biaya, permainan ini juga merupakan permainan beregu yang mengasikkan. Namun begitu masih terlihat satu kekurangan dan kelemahan siswa dalam memainkan permainan yang satu ini khususnya kelas VIII, yaitu kurangnya ketepatan mereka dalam melakukan servis dimana servis yang mereka lakukan cenderung tidak tepat mengenai sasaran.

Ketepatan servis atas pada permainan bola voli lebih disebabkan karena tidak melakukan teknik secara berulang-ulang dan kurangnya pemahaman siswa terhadap beberapa unsur gerakan yang mendukung agar teknik dasar servis atas, Adapun unsur-unsur tersebut yakni: 1).Posisi Kaki, 2).Posisi Tangan, dan 3).Posisi Badan. Masalah kurangnya ketepatan servis atas siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga tersebut tentunya patut dan layak mendapat perhatian dari guru mata pelajaran. Hal ini dikarenakan seorang siswa tidak mungkin akan dapat belajar dengan baik tanpa bimbingan dari seorang guru sebagai organisator, mediator, dan fasilitator dalam kegiatan pembelajaran, baik yang dilaksanakan di dalam kelas maupun yang di luar kelas.

Berdasarkan permasalahan yang telah dideskripsikan sebelumnya, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “Pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut,

1. Kurangnya ketepatan siswa dalam melakukan servis cenderung tidak tepat mengenai sasaran.
2. Ketepatan servis juga dilakukan tidak secara berulang-ulang
3. Kurang pemahaman siswa terhadap unsur gerakan teknik dasar servis, seperti : Posisi kaki, posisi tangan, dan posisi badan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat Pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah latihan kekuatan otot lengan dapat berpengaruh terhadap ketepatan servis atas dalam permainan bola voli siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- a) Bagi Siswa : Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dalam pembelajaran khususnya pada materi servis atas.
- b) Bagi Guru : Sebagai bahan referensi dalam proses belajar mengajar terutama dalam pembelajaran khususnya pada materi tentang servis atas.
- c) Bagi Peneliti : Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dalam proses belajar mengajar.

5.1.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi Siswa :Dapat memberikan sumbangan bagi siswa dalam usaha mempegaruhi proses belajar servis atas, khususnya pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga.
- b) Bagi Guru : Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan acuan dan informasi bagi guru dalam proses pembelajaran servis atas.
- c) Bagi Peneliti : Menjadi modal untuk pelaksanaan penelitian lanjut mengenai servis atas dan dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai syarat untuk dapat menyelesaikan program S1.