

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensitas dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Kesegaran jasmani adalah merupakan terjemahan dari kata *physical fitness* yang dapat diartikan sebagai kondisi jasmani yang menggambarkan kemampuan jasmani, dapat pula diartikan kemampuan seseorang untuk melakukan suatu pekerjaan tertentu dengan cukup baik, tanpa mengakibatkan kelelahan. Selain itu, kesegaran jasmani merupakan aspek fisik dari kesegaran yang menyeluruh, yang memberi kesanggupan kepada seseorang untuk menjalankan hidup produktif dan dapat menyesuaikan diri pada tiap pembebanan fisik yang layak (Widiastuti, 2011:13).

Permainan bolavoli sangat digemari oleh masyarakat karena permainannya yang mudah dilakukan dan tidak membutuhkan ruang yang cukup luas, sehingga banyak dijumpai lapangan bolavoli walaupun mudah dimainkan memerlukan keterampilan dasar bermain yang memadai. Beberapa keterampilan dasar tersebut antara lain passing yang meliputi passing bawah dan passing atas, smes dengan berbagai variasi, hadang bola secara perorangan maupun berpasangan, serta servis yang meliputi servis bawah, servis atas dan servis lompat. Teknik dasar tersebut yang harus dikuasai oleh para pemain pemula, dengan bimbingan pelatih dan guru penjas maka teknik teknik dasar tersebut akan dikuasai dengan sebaik-baiknya dengan cara latihan dan model-model pendekatan yang baik.

Pada mulanya servis hanya merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kemajuan permainan. Akan tetapi, jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Dalam membangun suatu serangan, sebaiknya dilakukan dengan pelaksanaan servis atas, karena servis atas cenderung keras atau

kuat. Apabila servis atas ini dapat dilakukan dengan sebaik-baiknya, maka peluang untuk menambah angkapun semakin besar, karena servis pada permainan bolavoli modern ini, digunakan untuk mendapatkan poin, bukan sekedar menyajikan bola ke arah lawan.

Dari beberapa ekstrakurikuler yang ada, bolavoli merupakan salah satunya. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 6 Gorontalo dilaksanakan setiap hari Selasa, Rabu dan Kamis pada pukul 14.30 – 16.30 WIB bertempat di lapangan SMP Negeri 6 Gorontalo. Sekolah sebagai institusi pendidikan formal memiliki keterbatasan dalam hal waktu, dana, serta fasilitas pendukung. Sehingga perannya dalam membentuk nilai dan sikap pada anak tidak dapat berjalan optimal. Oleh karena itu diperlukan waktu tambahan diluar jam sekolah untuk mendukung tujuan pendidikan nasional. Kegiatan ekstrakurikuler diadakan sebagai salah satu upaya pembinaan pelajar di sekolah. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran formal. Keberadaannya diperlukan siswa sebagai media untuk mengembangkan potensi diri, melalui ekstrakurikuler diharapkan mampu mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa semaksimal mungkin. Untuk peningkatan ketrampilan dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa akan dibina dengan bentuk-bentuk latihan khusus. Dalam hal ini ekstrakurikuler bolavoli, maka siswa akan diberikan latihan fisik, teknik dan lain-lain. Hal ini sangat penting agar pembinaan olahraga bolavoli terhadap siswa sesuai dengan porsinya sehingga kemampuan yang dimiliki terus meningkat dan mencapai hasil yang optimal.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang diikuti 20 siswa di SMP Negeri 6 Gorontalo, menunjukkan bahwa hasil servis atas peserta sangat kurang, hal ini terlihat pada saat kegiatan olahraga tingkat SMP, siswa dalam melakukan servis atas bola sering keluar lapangan, tidak sampai atau menyangkut di net dan servis yang dilakukan tidak terarah, kurang cepat dan keras sehingga memudahkan lawan untuk menerima bola. Dari pembelajaran yang telah dilaksanakan belum menunjukkan hasil yang optimal, sehingga kemampuan servis atas para siswa yang mengikuti kegiatan masih rendah dan perlu ditingkatkan.

Masih rendahnya kemampuan servis atas tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya, apakah penguasaan teknik servis belum benar, kemampuan fisik belum memadai, ataukah metode mengajar yang dilaksanakan kurang tepat. Dengan Kondisi yang demikian seorang guru harus mampu mengevaluasi dari semua faktor, baik dari pihak guru sendiri atau pun dari pihak siswa. Diharapkan dengan perbaikan teknik servis atas yang merupakan faktor penting dalam permainan bolavoli kemampuan bermain bolavoli siswa putra SMP Negeri 6 Gorontalo yang mengikuti kegiatan terutama kemampuan servis atas bisa meningkat. Latihan *Pull Up* diasumsikan banyak memberikan sumbangan terhadap pencapaian hasil ketepatan servis atas dalam permainan bolavoli siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 6 Gorontalo. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti seberapa besar''Pengaruh Latihan *Pull Up* Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa Ekstrakurikuler BolaVoli Smp Negeri 6 Gorontalo''

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi permasalahan yang timbul sebagai berikut:

1. Service atas pada cabang olahraga bolavoli pada siswa Ekstrakurikuler BolaVoli Smp Negeri 6 Gorontalo belum pernah dilakukan.
2. Belum adanya penerapan bentuk Latihan *Pull Up* Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan BolaVoli Pada Siswa Ekstrakurikuler BolaVoli Smp Negeri 6 Gorontalo.
3. Belum diketahui pengaruh Latihan *Pull Up* Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan BolaVoli Pada Siswa Ekstrakurikuler BolaVoli SMPN 6 Gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah Latihan *Pull Up* berpengaruh terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMPN 6 Gorontalo ?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Apakah ada Hubungan antara Latihan *Pull Up* Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMPN 6 Gorontalo ?

1.5 Manfaat Penelitian

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

1. Secara Teoretis

Diharapkan dapat menambah pengetahuan kepada peneliti dan juga pembaca atau peminat bolavoli dalam upaya meningkatkan prestasi olahraganya serta sumbangsi pemikiran yang dapat dijadikan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya

2. Secara Praktis

a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat mendorong dan meningkatkan keterampilan bermain bolavoli khususnya kemampuan servis atas

b. Bagi Guru Mata Pelajaran Penjasorkes

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu alternatif metode pembelajaran permainan bolavoli.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk bahan penyusunan program peningkatan prestasi pembelajaran Mata Pelajaran Penjasorkes khususnya permainan bolavoli.

d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat lebih meningkatkan motivasi dan kemampuan melaksanakan penelitian masalah serupa pada masalah yang akan datang.