

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Harus kita akui saat ini olahraga merupakan salah satu aktifitas yang banyak di gemari oleh masyarakat luas. Orang – orang yang berprestasi di bidang olahraga medeapatkan perhatian tersebut baik di kalangan masyarakat maupun pemerintah. Pemerintah saat ini memutuskan perhatiannya terhadap pembinaan olahraga untuk melahirkan atlit – atlit yang handal guna mencapai prstasei yang tinggi baik di tingkat nasional maupun internasional. Pembinaan mulai dari kalangan pelajar yang memulai program PPLP hingga pmbinaan kalangan mahasiswa melalui program PPLM. Selain pembinaan, berbagai lembaga turut menyelenggarakan kejuaraan – kejuaraan untuk mengasa dan menguji kemampuan atlit – atlit, karena kita tahu bahwa kesehatan dan kesegaran jasmani merupakan salah satu ciri sumber daya manusia yang berkualitas dan sangat dibutuhkan dalam meneruskan pembangunan bangsa dan Negara kita.salah satu sarana yang tepat adalah melalui pendidikan olahraga atau sekarang di kenal dengan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) yang dilaksanakan di sekolah – sekolah.

Olahraga dikenal sejak dahulu hingga sekarang sangat digemari dan telah mengalami perkembangan pesat dalam hal jenis permainan, peralatan, teori dan terkaitnya mulai dari usia dini bahkan remaja sangat menyukai olahraga. Olahraga merupakan salah satu pelajaran yang wajib di ajarkan di semua jenjang pendidikan baik di sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), dan sekolah menengah kejuruan pertama (SMK), atau di perguruan tinggi. Melalui pendidikan jasmani di harapkan dapat mereangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, mental, sosial, emosi, yang seimbang serta ketrampilan gerak siswa.

Olahraga merupakan suatu aktifitas gerak tubuh, mulai dari anggota tubuh bagian atas dan bagian bawah. Di katakan aktifitas karena memiliki tujuan pada akhirnya, yakni kualitas hidup yang meningkat, sehingga menjadikan tubuh

menjadi sehat dan bugar. Permainan bola voli adalah bentuk permainan antara dua tim yang berlawanan dengan di batasi oleh sebuah net, jumlah pemain yang bermain di lapangan adalah masing – masing enam orang. Permainan bola voli dimainkan dengan servis, passing bawah, passing atas dan spike di lapangan sendiri dengan tujuan until menjatuhkan bola di lapangan permainan lawan.

Bola voli ini merupakan olahraga beregu populer yang dimainkan dengan memukul bola sehingga melambung di atas jaring. Pada permainan di dalam ruangan, setiap tim terdiri atas enam orang pemain, sedangkan pada bola voli pantai yang dimainkan di pasir pantai, tiap tim terdiri atas dua orang pemain. Dalam gerakan permainan bola voli di perlukan kondisi fisik siswa sangat mempengaruhi hasil pukulan bola voli, dari tahap awalan, tahap gerakan, tahap akhir, sesuai dengan langkah – langkah pelaksanaan dalam permainan bola voli. Sebagai olahraga yang mengandalkan fisik, unsur – unsur kondisi fisik harus mendapatkan perhatian dalam latihan.

Untuk mendapatkan permasalahan yang menjadi latar belakang, peneliti melakukan pengamatan langsung ke sekolah SMP Negeri 1 Tapa , menurut pengamatan awal, pada praktek permainan bola voli peneliti menemukan masalah seperti masih banyak siswa yang belum mampu melakukan passing bawah dengan baik, agar mencapai hasil pukulan siswa di haruskan melatih kekuatan lengan agar mendapatkan pukulan yang maksimal. Dengan berdasarkan uraian di atas, peneliti berinisiatif untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Push Up Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 1 Tapa”

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah masih banyak siswa yang belum mampu melakukan passing bawah dengan baik, agar mencapai hasil pukulan siswa di haruskan melatih kekuatan lengan agar mendapatkan pukulan yang maksimal. Berdasarkan uraian di atas, peneliti berinisiatif untuk

mengadakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Push Up Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 1 Tapa”

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah dalam penelitian dapat di rumuskan sebagai berikut: apakah terdapat pengaruh latihan push up terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Tapa.

1.4 Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Meningkatkan kemampuan passing bawah pada permainan bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 1 Tapa.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan push up terhadap kemampuan passing bawah pada permainan bola voli.

1.4.2 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini terbagi atas dua yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis yg dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberi dampak positif, sehingga melalui latihan push up dapat meningkatkan kemampuan passing bawah terhadap permainan bola voli.
2. Melalui penelitian ini di harapkan dapat meningkatkan kreatifitas dalam mengembangkan latihan push up dalam pembelajaran agar dapat di cernah

baik oleh siswa serta dapat meningkatkan kreatifitas guru dalam membina peserta didik secara professional

3. Penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan dapat menambah pengetahuan baru yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjeskes bahwa melalui latihan push up dapat di jadikan acuan untuk penelitian berikutnya.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis dalam penlian ini di harapkan dapat memberi manfaat bagi seluruh komponen di antaranya sebagai berikut:

1. Bagi siswa

- a) Menciptakan pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli.
- b) Dapat menngkatkan penguasaan dalam hal melakukan teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli yang selama ini masih kurang.

2. Bagi guru

- a) Meningkatkan kreatifitas guru di sekolah dalam mengembangkan model pembelajaran latihan push up
- b) Sebagai bahan masukan guru dalam memilih alternative pembelajaran yang akan di lakukan
- c) Untuk meningkatkan kinerja guru dalam menjalankan tugasnya secara professional.

3. Bagi sekolah

Untuk meningkatkan mutu pendidikan yang ada di sekolah tersebut bahwa latihan push up dapat di jadikan model latihan untuk pembelajaran penjaskes.

4. Bagi peneliti

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan, bahwa melalui latihan push up dalam program pendidikan jasmani berkesan sebagai wahana pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan yang sesuai dengan harapan.

