

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia utamanya adalah membentuk kesegaran dan kesehatan jasmani, membentuk kepribadian, sportivitas, dan daya juang yang tinggi. Melalui olahraga ini keadaan fisik seseorang akan terlatih sehingga dalam melakukan aktifitas sehari-hari tidak akan merasakan capek yang berlebihan. Berbagai upaya dilakukan untuk mengembangkan keterampilan olahraga yang dimiliki tercermin pada pemecahan rekor dan perkembangan teknik, taktik yang dimiliki pada setiap *even* yang dilakukan. Peningkatan mutu sumber daya manusia merupakan faktor utama untuk mendorong perkembangan olahraga dalam mencapai prestasi yang tinggi.

Melihat begitu pentingnya peranan olahraga dalam peningkatan kualitas manusia Indonesia, maka sebagai orang yang berkecimpung dalam bidang olahraga, sebagaimana turut memikirkan dan mencari jalan untuk pengembangan olahraga Indonesia. Sebagai guru pendidikan jasmani dapat mengembangkan melalui pengajaran yang terencana dengan menggunakan metode-metode yang efektif dan efisien agar tujuan yang diharapkan akan tercapai. Sebagai pelatih juga dapat mengembangkan latihannya melalui bentuk latihan yang dapat meningkatkan tingkat efektifitas fisik, teknik, taktik maupun mental atlet yang di binanya. Dewasa ini bangsa Indonesia sedang giat-giatnya menjalankan program olahraga yang telah dicanangkan lewat rencana pembangunan nasional, sehingga sebagai tenaga-tenaga yang mempunyai tanggung jawab dalam bidang ini diharapkan dapat berperan dalam melakukan kegiatan-kegiatan yang berguna bagi kemajuan dunia pendidikan jasmani dan olahraga maupun latihan-latihan yang menjurus ke olahraga berprestasi.

Menyadari bahwa begitu pentingnya peranan olahraga dalam peningkatan sumber daya manusia, maka pemerintah melalui Menteri Pemuda dan Olahraga telah mengeluarkan panji olahraga nasional yaitu “Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat”. Dalam merealisasikan program pemerintah tersebut, diperlukan keterlibatan dari seluruh anggota masyarakat dalam

pelaksanaannya, apalagi bagi para Pembina, pelatih serta guru olahraga, maupun orang-orang yang bergerak di bidang olahraga yang merupakan ujung tombak dalam penerapannya. Dalam dunia olahraga banyak faktor yang turut mempengaruhi, terwujudnya tujuan yang diharapkan antara lain : sarana dan prasarana olahraga, tenaga penggerak olahraga, yang di dalamnya pendekatan ilmiah dalam olahraga serta cara ataupun metode yang tepat di samping unsur-unsur penunjang lainnya.

Salah satu tujuan dalam pembinaan olahraga adalah prestasi. Prestasi merupakan masalah yang kompleks, karena berprestasi dalam olahraga adalah salah satu usaha untuk mengangkat harkat dan martabat bangsa. Untuk mewujudkan prestasi tentunya bukanlah hal yang mudah, karena banyak faktor yang turut mempengaruhi. Hal-hal yang perlu diperhatikan antaranya unsur kondisi fisik. Unsur-unsur kondisi fisik adalah ; daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan ketepatan, kecepatan reaksi, dan tenaga ledak otot. Kondisi fisik memegang peranan penting dalam latihan Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, kemampuan fungsional dan sistem tubuh, sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik.

Pada cabang olahraga bola voli perkembangannya di tanah air dari tahun ke tahun sudah semakin menggembirakan baik di tingkat daerah, maupun di tingkat nasional. Namun kita tidak dapat pungkiri, walaupun perkembangan olahraga ini sudah semakin baik, ternyata atlet-atlet bola voli di negara kita belum dapat menandingi kemampuan atlet bola voli di negara-negara lain. Pembinaan bola voli di daerah sudah ada namun belum seperti di kota-kota besar. Oleh karena itu kegiatan pembibitan dan pembinaan atlet bola voli tidak cukup hanya dilakukan di kota-kota besar saja, tapi kegiatan tersebut dilakukan secara merata di seluruh Indonesia, seperti halnya di Daerah kabupaten Gorontalo Utara.

Program KONI Daerah Kabupaten Gorontalo Utara dalam mensukseskan kegiatan pembibitan dan pembinaan atlet bola voli, telah mengacu pada pembinaan olahraga di Indonesia dan memiliki peluang yang sama dengan daerah

lainnya, walaupun kita ketahui bahwa prestasi atlet bola voli daerah ini masih tergolong rendah jika dibandingkan dengan prestasi yang dicapai oleh atlet bola voli daerah lainnya di Indonesia.

Melihat kenyataan ini, para pelatih dan pembina olahraga dituntut untuk melakukan berbagai terobosan guna memperbaiki kekurangan yang ada. Dengan demikian diperlukan langkah-langkah pembibitan dan pembinaan yang intensif, agar dapat menghasilkan atlet-atlet bola voli yang berkualitas. Atlet bola voli dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang prima. Kondisi fisik yang dimaksud antara lain adalah : kecepatan, kekuatan, kelentukan, daya ledak, keseimbangan dan koordinasi.

Dalam pelaksanaan olahraga bola voli selain kebutuhan komponen-komponen biomotor, juga hal yang tidak kalah penting guna mendukung prestasi adalah, pemilihan bentuk latihan keterampilan dasar yang sangat besar pengaruhnya terhadap kemampuan bermain dalam cabang olahraga ini. Seorang pelatih harus jeli dan secara tepat memberikan bentuk latihan kepada atlet untuk menghasilkan prestasi yang lebih baik. Seperti halnya dengan bentuk latihan dasar *smash* yang menggunakan latihan *drill*. Dengan latihan tersebut seorang pemain akan memiliki keterampilan dalam memainkan bola voli terutama disaat melakukan *smash*.

Di Kecamatan Anggrek kabupaten Gorontalo Utara, permainan bola voli sangat digemari oleh masyarakat, baik itu sekolah maupun masyarakat umum, hanya saja dalam melakukan permainan ini, mereka tidak melalui suatu proses latihan yang benar dan sistematis. Sebagai contoh yang nyata, pada sekolah SMA Negeri 6 Gorontalo Utara Kabupaten Gorontalo Utara, yang merupakan tempat saya melakukan kegiatan Observasi di sekolah tersebut yakni pada jam ekstrakurikuler para siswa sangat antusias melakukan permainan cabang olahraga ini, namun pada pelaksanaannya para siswa belum mengetahui secara jelas tentang bagaimanakah cara bermain bola voli dengan baik dan benar yang sebenarnya, baik itu pada saat melaksanakan servis, passing, *smash* dan blok, terlebih pada saat melakukan *smash*. Hal tersebut merupakan salah satu gambaran dari kurangnya latihan teknik dasar yang terprogram dengan baik. Sehingga dalam

mengembangkan teknik dasar yang terprogram dan menghasilkan penguasaan yang tepat peneliti mencari salah satu bentuk latihan yang dapat memberikan hasil yang baik terutama penguasaan *smash*. Teknik Smash merupakan salah satu teknik yang dapat memberikan hasil yang baik untuk mendapatkan *point*, hal ini sangat jelas ketika smasher melakukan smash yang tepat maka hasil smasnya juga tepat sasaran, sehingga perlu adanya penguasaan *Smash* dan ketepatan *Smash*.

Uraian di atas Menunjukkan bahwa unsur-unsur utama dalam melakukan *Smash* bola voli dengan tepat adalah penguasaan teknik dasar *Smash* dan program latihan yang efektif dan tepat. Untuk mengembangkan penguasaan *Smash* perlu adanya bentuk latihan yang dapat menghasilkan otomatisasi gerakan, sehingga penguasaan *Smash* dapat teratasi.

Adapun bentuk latihan yang dapat meminimalisir dan dapat menciptakan otomatisasi gerakan dalam melakukan Smash yaitu dengan menggunakan latihan *Drill* statis. latihan *Drill* statis merupakan latihan penguasaan teknik dasar dengan cara berulang-ulang dan secara bertahap terhadap peningkatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli, latihan tersebut sangat cocok dalam mengembangkan penguasaan teknik dasar. Sehingga peneliti dapat melihat sejauh mana latihan *Drill* statis terhadap peningkatan pukulan smash. Dalam penelitian ini akan di lihat sejauh mana siswa SMA Negeri 6 Gorontalo Utara dengan latihan *Drill* statis terhadap kemampuan *Smash*. Sehingga Penelitian ini di beri judul : pengaruh latihan *Drill* statis terhadap keterampilan *Smash* dalam permainan bola voli pada siswa SMA Negeri 6 Gorontalo Utara Kabupaten Gorontalo Utara.

Untuk membentuk tim bola voli yang tangguh, membutuhkan rencana latihan yang tepat dan terarah dengan pendekatan ilmiah, melalui penelitian. Penelitian merupakan langkah yang tepat guna mengetahui seberapa besar pengaruh keterampilan dalam berbagai tehnik dasar permainan bola voli.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Perhatian dari pihak Kepala SMA Negeri 6 Gorontalo Utara untuk pembinaan khusus pada cabang olahraga bola voli masih kurang
2. Minat Siswa terhadap cabang olahraga bola voli masih kurang
3. Keterampilan siswa dalam melakukan teknik-teknik gerakan dasar permainan bola voli, khususnya teknik gerakan smash rata-rata masih kurang maksimal
4. Latihan *Drill statis* dapat dijadikan salah satu alternatif untuk meningkatkan kemampuan atlet atau pemain terhadap peningkatan ketepatan pukulan smash.

## 1.3. Pembatasan Masalah.

Mempertimbangkan banyaknya faktor yang mempengaruhi ketepatan smash dalam permainan bola voli seperti yang telah diuraikan di atas dan tanpa mengabaikan faktor-faktor lain yang tidak diteliti, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada satu variabel bebas yaitu 1). Latihan *Drill statis*. Serta variabel terikat yaitu Ketepatan *smash* dalam permainan Bola Voli.

## 1.4. Rumusan Masalah.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah terdapat pengaruh latihan *Drill statis* terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa SMA Negeri 6 Gorontalo Utara?

## 1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah: untuk mengetahui pengaruh latihan *drill statis* terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bola voli siswa SMA Negeri 6 Gorontalo Utara dan seberapa besar tingkat pengaruhnya.

## 1.6. Manfaat Penelitian

### 1.6.1 Secara Teoritis

1. Bagi Siswa :

Menambah pengetahuan bagi siswa dalam meningkatkan teknik dasar bola voli khususnya *smash* melalui latihan *Drill* statis yang dilakukan secara teratur, terarah dan berkesinambungan.

2. Bagi Guru :

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi guru dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam faktor ketepatan *smash*.

3. Bagi Sekolah :

Sebagai nilai tambah untuk sekolah dalam peningkatan kemampuan siswa melalui penerapan latihan yang dilakukan oleh peneliti.

4. Bagi Peneliti :

Penelitian ini menambah wawasan pengetahuan peneliti, hingga memiliki tambahan bekal ilmu untuk melatih siswa dikemudian hari.

### 1.6.2 Secara Praktis

1. Manfaat bagi siswa

Siswa dapat mempraktekan sendiri bentuk latihannya jika ingin meningkatkan keterampilan *smash* bola voli.

2. Manfaat Bagi Guru

Dapat dijadikan pedoman untuk melatih siswa khususnya dalam olahraga bola voli serta dalam pembuatan program latihan.

3. Manfaat bagi sekolah

Manfaat untuk sekolah ialah hasil dari kemampuan siswa meningkat sehingga menunjang prestasi olahraga di sekolah itu sendiri.

4. Manfaat bagi peneliti

Mendapat satu pengalaman yang sangat berharga, berupa metode melatih dan membuat program latihan yang tepat untuk sebuah pelatihan olahraga terhadap siswa.