

BAB 1

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan manusia. Dengan berolahraga kesegaran jasmani atau kondisi fisik seseorang dapat ditingkatkan sehingga untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Melalui kegiatan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan memiliki watak disiplin serta *sportif* yang pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Perkembangan olahraga di Indonesia saat ini terasa semakin maju, hal ini tidak terlepas dari peran masyarakat yang semakin sadar akan arti penting dan fungsi olahraga itu sendiri.

Dalam lingkungan pendidikan olahraga merupakan bagian dari kurikulum yang memiliki tujuan memberikan kesempatan pada anak untuk mengetahui dan mengembangkan potensi dan bakat olahraga yang mereka miliki.

Disamping itu, hal ini merupakan sebagai usaha untuk mensosialisasikan serta mempopulerkan olahraga dikalangan masyarakat umum. Sesuai dengan kedudukan dan fungsi pendidikan jasmani dalam konteks pendidikan secara keseluruhan, maka kedudukan dan fungsi permainan bola voli dalam pendidikan jasmani adalah sebagai alat atau sarana pendidikan. Tujuan utama pendidikan adalah mengembangkan individu menjadi individu-individu yang kreatif, berdaya-cipta, dan yang dapat menemukan atau *discovery*.

Berdasarkan penjelasan tersebut, Yudiana dan Subroto (2010:23) juga menjelaskan, bahwa “Pendidikan adalah proses menolong, membimbing,

mengarahkan, dan mendorong individu agar tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahap-tahap perkembangan, sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan di masa sekarang dan di masa yang akan datang.” Ini berarti bahwa guru harus mendidik anak menjadi orang yang mampu melakukan hal-hal baru dan tidak hanya sekedar mengulang apa yang telah dilakukan generasi sebelumnya.

Pendeknya melalui pendidikan, anak dipersiapkan untuk dapat melakukan perubahan. Guru pendidikan jasmani hendaknya melakukan hal yang terbaik untuk membantu anak mempersiapkan diri dalam menghadapi dunia mereka di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Sebagai salah satu sarana pendidikan, penguasaan keterampilan bermain bola voli bagi anak-anak sekolah, khususnya siswa/siswi SMP, bukan merupakan satu-satunya tujuan yang hendak dicapai dalam proses pembelajaran, namun ada tujuan-tujuan pendidikan lainnya yang harus ditumbuh kembangkan dalam diri siswa sebagai individu yang sedang tumbuh dan berkembang.

Melalui pendidikan jasmani ini diharapkan dapat merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Begitu pentingnya peranan pendidikan jasmani di sekolah maka harus diajarkan secara baik dan benar. Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan,

kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat. Paling tidak fokusnya pada keterampilan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah, dan bisa juga keterampilan emosional dan sosial. Oleh karena itu, seluruh proses pembelajaran dalam mempelajari gerak dan olahraga tadi lebih penting dari pada hasilnya.

Dengan demikian, bagaimana guru memilih metode, melibatkan anak, berinteraksi dengan murid serta merangsang interaksi murid dengan murid lainnya, harus menjadi pertimbangan utama dalam pembelajaran. Permainan bola voli pada hakikatnya adalah memvoli bola dengan menggunakan tangan dan menyeberangkan bola melewati net kelapangan lawan. Terkadang ada kendala pada permainan bola voli, yaitu pada saat melakukan servis atas bola nyangkut di net, maka dari itu perlu adanya latihan. Salah satu contoh latihan untuk meningkatkan servis atas yakni dengan latihan pull-up.

SMP Negeri 1 Kabila merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang secara jelas mengajarkan materi pendidikan jasmani dan kesehatan . Berdasarkan observasi awal peneliti menunjukkan bahwa sebagian besar siswa disekolah tersebut belum tepat dalam melakukan servis atas, dan sering mengabaikan latihan fisik. Bertolak dari fenomena tersebut diatas yang membuat penulis terobsesi untuk melakukan sebuah kajian ilmiah dalam bentuk penelitian dengan tujuan untuk membuktikan apakah dengan melatih kekuatan otot lengan melalui latihan pull-up dapat memberikan pengaruh terhadap hasil servis atas yang diformulasikan dengan judul : “ Pengaruh Latihan Pull-Up Terhadap hasil

Servis Atas Pada cabang Olahraga Bola Voli Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kabila”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Siswa SMP Negeri 1 Kabila masih tidak tepat dalam melakukan servis
2. Belum diketahuinya pengaruh latihan beban terhadap ketepatan melakukan servis atas.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun permasalahan dalam penelitian adalah Apakah latihan Pull-Up berpengaruh terhadap hasil servis atas pada cabang olahraga Bola Voli Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Kabila ?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan Pull-Up terhadap hasil servis atas.

1.5 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat :

1. Guru, melalui penelitian ini dapat mengetahui serta mendapatkan pengalaman langsung dalam menyelesaikan masalah tentang mengembangkan kemampuan siswa dalam materi servis atas.
2. Siswa, penelitian ini akan dapat meningkatkan kreativitas siswa dalam materi pelajaran servis atas.

3. Bagi peneliti hasil penelitian ini akan dapat dijadikan penambah wawasan dalam melatih diri untuk memecahkan masalah dengan menggunakan metode yang ilmiah.