

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan hal yang tidak dapat terpisahkan dari kegiatan sehari-hari. Aktivitas jasmani dan olahraga merupakan sarana atau alat bantu untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Menurut UU SKN pasal 18 bahwa olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan, dilaksanakan dalam jalur formal maupun nonformal, berupa intra dan ekstrakurikuler, dimulai pada usia dini, dilaksanakan pada setiap satuan pendidikan secara terstruktur dan berjenjang, ditangani oleh guru/dosen, disiapkan sarana prasaranya sesuai dengan tingkat kebutuhan, dapat diselenggarakan kejuaraan sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan secara berkala antar yang setingkat dalam kelas daerah, nasional, dan internasional.

Pemerintah berperan penting di dalam pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang diterapkan dan dikembangkan di Indonesia saat ini, melalui kebijaksanaan pemerintah dibidang olahraga guna meningkatkan pembinaan olahraga dimasa yang akan datang. Dunia olahraga di masyarakat khususnya para atlet dituntut lebih banyak usahanya untuk selalu meningkatkan kemampuan, ketrampilan dan ilmu pengetahuan yang dimilikinya agar dapat menyesuaikan diri dengan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dibutuhkan dalam dunia olahraga baik saat ini maupun yang akan datang.

Pendidikan yang disarankan oleh pemerintah melalui Menteri Pendidikan dan Kebudayaan bahwa dalam pembelajaran disekolah bukan hanya di dalam ruangan sehingganya bisa dapat dilakukan diluar ruangan kelas. Pembelajaran ekstrakurikuler, Ekstrakurikuler merupakan kegiatan diluar jam informal sekolah yang berfungsi menjadi wadah dan untuk mengembangkan potensi, bakat, dan minat siswa. Ekstrakurikuler olahraga memiliki beragam cabang olahraga yang dapat digunakan untuk menyalurkan

bakat, prestasi ataupun hanya mengisi waktu luang. Salah satunya adalah ekstrakurikuler Permainan Bolavoli.

Bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan setiap orang. Didalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar benar bisa di andalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli (Ahmadi, 2007:20). Bola voli merupakan salah satu cabang olah raga yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pertumbuhan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif, melalui kegiatan jasmani dan merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan, dimana tujuanya adalah bukan mengembangkan ranah jasmani tetapi juga mengembangkab potensi siswa.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang menggunakan aktifitas fisik sebagai alat untuk mencapai suatu tujuan (Masri`an DKK 2013:1).

Mutu pendidikan merupakan bahan pertimbangan yang selalu menarik di bicarakan tidak hanya oleh pakar pendidikan tetapi juga oleh masyarakat luas. Terlebihnya lagi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes), karena penjasorkes merupakan sebuah mata pelajaran akademik atau aspek dalam proses pendidikan yang berkenaan dengan perkembangan kemampuan gerak individu serta berhubungan langsung dengan respon mental dan sosial. Guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan dasar, teknik dan strategi permainan atau olahraga, interalisasi nilai-nilai (sportifitas , jujur, kerjasama, dan lain-lain).

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang di atas masalah dalam penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut: “apakah ada pengaruh latihan *dumbel* terhadap kemampuan smash dalam permainan bola volli.

Adapun antara lain yaitu:

1. Kurangnya penerapan model latihan yang di ambil dalam mengajar sehingga menimbulkan kebosanan pada siswa.
2. Kurangnya penguasaan teknik smash dalam permainan bola volli.
3. Siswa belum bisa mempraktekan teknik dasar smash dengan benar.
4. Kurangnya kekuatan otot lengan dalam melakukan smash.
5. Kurangnya kemampuan dalam melekukan smash.

1.2.1Belum diketahuinya pengaruh latihan Dumbell terhadap kemampuan smash pada siswa Putra kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontalo.

1.2.2 Siswa Putra kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontaloumumnya belum mampu melakukansmash dengan baik sebab belum memiliki kekuatan otot lengan yang baik.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas , maka peneliti bermaksud membatasi masalah yang akan di ambil agar tidak meluas dalam pembahasan, maka masalahnya adalah Pengaruh Latihan Dumbell Terhadap kekuatan otot lengan melakukan smash dalam permainan bola volli Pada SiswaKelas VIIISMP Negeri 4 Gorontalo

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pendahuluan di atas, identifikasi dan pembatasan masalah maka perumusan masalah adalah penelitian yaitu: “apakah ada pengaruh latihan *dumbel* terhadap kemampuan smash dalam permainan bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontalo,”

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *dumbel* terhadap kemampuan smash dalam permainan bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontalo.

1.6 Manfaat Penelitian

Secara umum, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi seluruh komponen pendidikan mulai dari siswa khususnya, guru/pelatih maupun peneliti. Adapun manfaatnya sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

1). Siswa/atlit

Menambah wawasan atau pengetahuan bagi para peserta ataupun para atlit, dalam meningkatkan kemampuan memukul melalui latihan: *beban dumbel* yang di lakukan secara teratur, terarah dan berkesinambungan.

2). Tempat latihan

Sebagai nilai tambah untuk siswa, dalam peningkatan kemampuan atlit melalui penerapan latihan yang di lakukan oleh peneliti.

3). Peneliti

Menambah wawasan pengetahuan peneliti, hingga memiliki tambahan bekal ilmu untuk melatih di kemudian hari.

1.6.2 Manfaat Praktis

1) Manfaat bagi siswa/atlet

Atlet dapat mempraktekan sendiri bentuk latihanya, guna kemampuan dalam meningkatkan smash dalam permainan bola voli.

2) manfaat bagi guru/pelatih

Dapat di jadikan pedoman untuk melatih atlet khususnya dalam olahraga.

3) Manfaat bagi peneliti

Mendapat suatu pengalaman yang sangat berharga dalam melatih dan membuat program latihan yang tepat.