

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga adalah kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Tujuan olahraga untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat, dan kehormatan bangsa (UU No.3 Tahun 2005).

Olahraga merupakan proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmani dan rohani seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas.

Olahraga yang bertujuan untuk mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis. Olahraga bola voli merupakan olah raga yang paling populer dan digemari baik oleh bangsa Indonesia maupun negara lain. Kegiatan olahraga pada saat ini merupakan kegiatan umum yang banyak dilakukan oleh masyarakat. Hampir setiap hari kita melihat aktifitas olahraga yang dilakukan betapa pentingnya olahraga bagi kesehatan jasmani maupun rohani. Suatu kenyataan menunjukkan ada empat dasar tujuan manusia melakukan kegiatan olahraga sekarang ini, pertama rekreasi, kedua untuk kepentingan olahraga sendiri, ketiga adalah mencapai tingkat kesegaran jasmani dan keempat mereka melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai prestasi (Sajoto, 1988:1-2).

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat diminati masyarakat diseluruh penjuru dunia tidak terkecuali di Indonesia, baik di perkotaan

maupun di pedesaan. Sehingga, tidak salah apabila di Indonesia Bola voli disebut sebagai olahraga rakyat. Cabang olahraga yang cara memainkannya menggunakan bola dan dibatasi oleh net ini dimainkan oleh semua kalangan, baik anak-anak, remaja, orang dewasa, dan orang tua. Tidak hanya laki-laki yang bermain Bola voli melainkan Bola voli juga dimainkan oleh kaum wanita.

Permainan Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, yang masing-masing regunya terdiri dari enam pemain yang salah satunya sebagai libero. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan seluruh anggota badan. Tim yang mampu melambungkan bola ke bidang lawan dan jatuh di bidang lawan dengan ketentuan sampai mencapai angka 25 point maka tim itu dianggap sebagai pemenangnya. Hal ini senada dengan Muhajir (2017:25) Permainan bola voli merupakan permainan bola besar beregu yang memerlukan keterampilan dan kerja sama yang baik. Kerja sama yang terjalin akan menghasilkan sebuah prestasi yang baik pula. Tanpa kerja sama mustahil sebuah kemenangan akan didapat.

Penguasaan keterampilan teknik dasar bagi seorang pemain Bola voli adalah penting, karena sangat berkaitan dengan tujuan permainan Bola voli yaitu menciptakan point sebanyak banyaknya dan mempertahankan agar lawan tidak mendapatkan poin. Dengan demikian regu yang mampu menciptakan point sampai angka game 25 dapat dinyatakan sebagai pemenang. Teknik dasar yang harus dimiliki dan dikuasai dengan baik dan benar oleh setiap pemainnya diantaranya adalah teknik servis, *passing*, smash, dan teknik block atau membendung bola. Mengenai teknik dasar bermain bola voli.

Passing merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang penting. *Passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Bone Bolango merupakan kota yang mempunyai banyak sekolah-sekolah yang berperan aktif dalam peningkatan prestasi bola voli yang notabnya membina atlet usia dini sampai atlet usia senior. Salah satu sekolah tersebut yaitu SMA Negeri

1 Tapa. Beberapa pertandingan tingkat pelajar, daerah dan nasional telah diikuti tujuannya adalah untuk mengetahui peningkatan skills dan prestasi selama latihan. Kompetisi pertandingan merupakan salah satu tolak ukur untuk mengetahui keterampilan siswa

Pada cabang olahraga bola voli di sekolah-sekolah khususnya di SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango perkembangannya dari tahun ke tahun sudah semakin menggembirakan baik ditingkat kecamatan, kabupaten maupun Provinsi. Namun kita tidak dapat pungkiri, walaupun perkembangan olahraga ini sudah semakin baik, ternyata siswa / atlit-atlit bola voli di SMA Negeri 1 Tapa belum dapat menandingi kemampuan siswa di sekolah yang ada di daerah lain.

Pembinaan bola voli di SMA Negeri 1 Tapa sudah ada namun belum seperti yang di harapkan. Oleh karena itu kegiatan pembibitan dan pembinaan siswa / atlet tidak cukup hanya dilakukan begitu saja, tapi kegiatan tersebut harus dilakukan secara sistematis dan terarah, seperti halnya peneliti melakukan observasi pada saat kuliah PPL dan Peneliti mengamati dan berdiskusi dengan guru didapati pada saat latihan banyak siswa melakukan *passing* bawah dengan tidak baik. Banyak kesalahan yang dilakukan sehingga bola tidak bisa terkontrol, kesalahan yang dilakukan salah satunya (1) saat melakukan *passing* bawah siku tertekuk, (2) sehingga bola yang di passing tidak terarah/tepat sasaran yang dituju. Banyak faktor yang mempengaruhi kesalahan teknik *passing* bawah tersebut perlu.

Melakukan *passing* bawah dengan tepat memang perlu latihan secara khusus. Kurangnya bentuk latihan fisik dan teknik agar dapat melakukan *passing* bawah yang tepat mungkin menjadi penyebab para pemain belum bisa melakukan *passing* bawah yang tepat. Latihan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Tapa yaitu satu minggu tiga kali lebih ditekankan pada latihan teknik dasar *passing*.

Meningkatkan ketepatan *passing* bawah perlu adanya latihan ketepatan *passing* bawah dengan berbagai variasi, adapun variasi dari bentuk latihan servis yang perlu dilakukan adalah melakukan *passing* bawah dengan menggunakan sasaran tembok. Latihan *passing* menggunakan sasaran tembok merupakan latihan yang

sangat tepat untuk melatih keterampilan *passing* siswa, hal ini dikarenakan latihan dengan menggunakan sasaran tembok dapat melatih otomatisasi gerakan *passing* dengan baik.

Uraian di atas Menunjukkan bahwa unsur-unsur utama dalam melakukan *passing* bawah dengan sasaran tembok adalah penguasaan teknik dasar *passing* bawah dan tahapan yang dilakukan serta program latihan yang efektif dan tepat. Sehingga penulis bermaksud mengadakan penelitian dengan judul : "Pengaruh latihan *Passing* Menggunakan Sasaran Tembok terhadap ketepatan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa putra SMA Negeri 1 Tapa ". Dari uraian judul tersebut peneliti perlu mengkaji lebih lanjut dalam penelitian ini.

1.2 Identifikasi Masalah

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

1. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *passing* bawah dalam permainan bola voli yang ada di SMA Negeri 1 Tapa?;
2. Faktor Apakah yang dapat manipulasi gerakan *passing* bawah terhadap ketepatan *passing* bawah dalam permainan bola voli?;
3. Bila faktor gerakan *passing* bawah menggunakan sasaran tembok berpengaruh terhadap ketepatan *passing* bawah, sejauh mana tingkat pengaruhnya?;
4. Apakah dengan latihan menggunakan sasaran tembok, hasil ketepatan *passing* bawah dalam permainan bola voli meningkat?

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah terdapat pengaruh latihan *Passing* menggunakan sasaran tembok terhadap ketepatan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VIII SMA Negeri 1 Tapa?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah : Ingin memperoleh Pengaruh latihan *Passing* menggunakan sasaran tembok terhadap

ketepatan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa putra SMA Negeri 1 Tapa.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Secara Teoritis

1. Bagi Siswa : Menambah pengetahuan bagi siswa dalam meningkatkan ketepatan passing bawah dalam permainan bola voli melalui latihan Passing menggunakan sasaran tembok yang dilakukan secara teratur, terarah dan berkesinambungan.
2. Bagi Guru : Sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi guru dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam faktor ketepatan.
3. Bagi Sekolah : Sebagai nilai tambah untuk sekolah dalam peningkatan keterampilan 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.

1.5.2 Secara Praktis

1. Manfaat bagi siswa
Siswa dapat mempraktekan sendiri bentuk latihannya jika ingin meningkatkan ketepatan passing bawah dalam permainan 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.