

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani sangatlah berbeda, prosesnya lebih mengutamakan elaborasi hubungan kuat antara sisi sosial-emosional, kognitif reflektif, gerak keterampilan siswa, dan sisi psikologis siswa. Pengajaran pendidikan jasmani sangatlah diharapkan dapat bermanfaat dalam menopang kualitas hidup siswa yang lebih bermakna baik bagi kehidupan siswa di masa mendatang. Penanaman sikap untuk hidup aktif dapat dilakukan sejak dini melalui lembaga pendidikan, salah satunya sekolah yang didalamnya ada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Adapun salah satu cabang olahraga permainan yang diajarkan pada siswa yaitu permainan bola voli.

Permainan bola voli merupakan permainan yang disukai oleh semua kalangan, mulai dari usia anak-anak sampai dewasa, baik laki-laki maupun perempuan. Bola

voli juga merupakan salah satu cabang olahraga yang tercantum dalam kurikulum pada jenjang pendidikan SMP atau SMA. Adapun pengertian bola voli itu sendiri adalah permainan beregu, yang dimainkan dilapangan persegi panjang, tiap regu memiliki enam pemain dan untuk mendapatkan angka, bola harus melewati net dan jatuh ke bidang lawan.

Permainan bola voli terdapat teknik-teknik yang harus di kuasai untuk dapat bermain bola voli dengan baik, yaitu ; passing, service, spike dan blocking. Penguasaan teknik terhadap keterampilan bermain bola voli tersebut sangat penting , karena tanpa penguasaan teknik yang baik seorang pemain tidak akan mencapai prestasi yang maksimal. Dari pernyataan tersebut, jelas bahwa pentingnya untuk menguasai teknik-teknik dasar bola voli untuk memenangkan sebuah pertandingan, khususnya pada teknik dasar servis.

Servis adalah pukulan permulaan dengan bola untuk memulai sebuah permainan. Servis juga merupakan salah satu teknik dasar yang dapat menghasilkan angka serta menentukan kemenangan dalam permainan bola voli. Servis yang baik tentunya juga harus di dukung dengan waktu, intensitas dan frekuensi dalam melakukan latihan servis. Dengan itu semua diharapkan pemain akan paham tentang bagaimana servis yang tepat sasaran dan dapat menyulitkan lawan. Untuk dapat berlatih dengan baik tentunya dibutuhkan metode latihan yang baik yang sesuai dengan gerakan servis dengan porsi yang seimbang dan tepat akan dapat menjadikan pemain lebih baik lagi dalam melakukan servis. Pelaksanaan servis ini dapat menyulitkan lawan dalam menerima bola maka servis harus bertenaga dan menuju tempat atau daerah yang sulit di jangkau oleh lawan. Servis bertenaga

tentunya membutuhkan koordinasi kekuatan otot-otot yang bekerja, antara lain kekuatan otot lengan dan jari tangan, kekuatan otot punggung, dan kekuatan otot tungkai.

Kekuatan otot lengan digunakan untuk mendorong bola sedangkan kekuatan jari tangan di gunakan untuk menentukan sasaran atau arah servis dan putaran bola, kekuatan otot punggung diartikan sebagai tenaga yang dapat dikerahkan sekelompok otot pada punggung untuk memindah beban pada saat melakukan kontraksi atau melakukan usaha/gaya, dan kekuatan otot tungkai digunakan untuk mengambil posisi berdiri yang tepat dan juga menghasilkan lompatan yang optimal pada saat melakukan servis dan jumping.

Kenyataan yang terjadi pada saat pembelajaran bola voli sebagian siswa kelas XI putra MAN 1 Kota Gorontalo pada saat melakukan servis hasilnya kurang memuaskan dan tidak optimal dalam memukul bola, serta sasaran bola yang tidak tepat. Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas XI Putra MAN 1 Kota Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, terdapat beberapa permasalahan mengenai kemampuan servis, diantaranya :

1. Belum diketahuinya hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI Putra MAN 1 Kota Gorontalo.

2. Belum diketahuinya latihan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli voli pada siswa kelas XI Putra MAN 1 Kota Gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian yaitu ; Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI putra MAN 1 Kota Gorontalo. ?

1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI putra MAN 1 Kota Gorontalo.

1.4.2 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dan praktis.

1. Secara Teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti khususnya bagi peneliti dan guru PJOK pada umumnya.

2. Secara Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi sekolah untuk memperbaiki masalah-masalah dalam pembelajaran di kelas.

b. Bagi Guru

Membantu guru untuk menemukan masalah-masalah dalam proses pembelajaran.

c. Bagi Siswa

Siswa dapat memperbaiki cara belajar sehingga mendapatkan nilai sesuai dengan standar KKM.

d. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan wawasan dalam menganalisis masalah-masalah yang ada.