

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bolavoli merupakan salah satu olahraga yang terkenal di dunia. Bolavoli adalah cabang olahraga yang termasuk ke dalam kelompok olahraga permainan bola besar. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, baik pria maupun wanita. Permainan ini merupakan permainan yang membutuhkan kekompakan dalam satu tim dan tingkat kebugaran jasmani yang tinggi. Permainan bolavoli dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan, di atas permukaan lapangan yang dibatasi dengan garis-garis dalam ukuran panjang dan lebar tertentu. Bolavoli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri atas enam pemain dengan menggunakan net, dan bola sebagai alat yang di pukul oleh tangan.

Sejarah awal perkembangan permainan dan olahraga bolavoli berasal dari penemuan seorang instruktur pendidikan jasmani di Amerika Serikat. Permainan bolavoli pertama kali ditemukan oleh William G Morgan pada 1895, pada saat itu permainan tersebut dinamakan Mintonette, tepatnya di Holyoke Masschusetts Amerika Serikat. Sejak tahun 1928 permainan bolavoli mulai dikenalkan di Indonesia oleh guru-guru pendidikan jasmani bangsa Belanda. Setelah itu bolavoli berkembang dengan pesat ke seluruh Indonesia. Terutama di kota-kota besar di Indonesia di bentuk perkumpulan-perkumpulan bolavoli. Pada tanggal 22 Januari 1955 di bentuk Organisasi Bolavoli Indonesia (PBVSI) di Jakarta bersamaan dengan kejuaraan nasional yang pertama.

Permainan bolavoli mengalami perkembangan yang sangat pesat. Hal ini biasa kita perhatikan pada sarana dan prasarana olahraga yang di pakai. Prestasi yang tinggi bukan hanya di pengaruhi oleh sarana dan prasarana, tetapi

juga aspek *viologis psikologis*, dan lingkungan. Selain itu ada juga yang paling penting yaitu penguasaan teknik dasar permainan bolavoli.

Sebelum seorang pemain bolavoli menguasai teknik dasar dalam permainan bolavoli, yang sangat perlu diperhatikan terlebih dahulu adalah kondisi fisik, karena permainan bolavoli sangat memerlukan energi dan fisik.

Menurut Sajoto (1988 : 58) mengatakan bahwa, "kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya". Artinya bahwa dalam usaha pengembangan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan, walaupun di sana-sini dilakukan dengan sistem prioritas sesuai keadaan atau status tiap komponen itu dan untuk keperluan apa atau status yang dibutuhkan tersebut. Oleh karena itu pembinaan dalam olahraga bolavoli perlu mendapat perhatian yang khusus dan serius bagi sekolah maupun klub-klub bolavoli yang ada.

Dalam permainan bolavoli ada beberapa unsur teknik yang harus dikuasai oleh para pemain atau atlit bolavoli. Salah satu teknik harus dikuasai secara benar oleh setiap calon pebolavoli adalah pasing. Menguasai cara dan teknik pasing dengan benar merupakan modal penting untuk dapat bermain bolavoli dengan baik. Oleh karena itu, apabila teknik pasing telah salah dari awal belajar akan sulit untuk dapat meningkatkan kualitas permainan. Maka yang perlu diperhatikan dalam melakukan pasing ialah sikap persiapan dan posisi tangan pada saat akan melakukan pasing serta posisi tangan saat perkenaan dengan bola yang dilanjutkan dengan gerak lanjutan (*Follow Trough*) setelah perkenaan dengan bola.

Pada dasarnya bolavoli ada 2 macam teknik dasar pasing dalam permainan bolavoli, yaitu pasing bawah dan pasing atas. Kedua pasing tersebut sangat memerlukan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terutama pada saat

melakukan passing atas, karena passing atas merupakan salah satu jenis passing yang cukup sulit dan sering menjadi kelemahan dari seorang pemain atau atlet khususnya pemain atau atlet pemula. Oleh karena itu, sejak dini para peserta yang dilatih harus membiasakan memainkan bola dengan cara memasingnya dengan menggunakan kelentukan lengan dan kekutan otot tangan, karena dengan menggunakan kelentukan lengan dan kekuatan otot tangan seorang pemain bolavoli telah menggunakan lengannya secara efisien tetapi efektif.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas penelliti ingin mengadakan penelitian tentang bolavolli yang berjudul Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Passing Atas dalam Permainan Bolavoli siswa kelas X SMA Negeri I Batuan.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan kajian realita yang telah dipaparkan pada bagian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Batuan memiliki kelemahan dan kekurangan pada kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli.
2. Diperlukan model pembelajaran dan latihan yang dapat meningkatkan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli.
3. Pembelajaran dengan model latihan kekuatan otot lengan dan keseimbangan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli.

C. Pembatasan masalah

Dalam penelitian ini terdapat batasan-batasan masalah yaitu:

Berhubung banyaknya pengertian tentang kekuatan otot, keseimbangan dan pasing atas pada permainan bolavoli yang tidak mungkin penulis meneliti seluruhnya, maka penulis membatasi kekuatan otot lengan dan keseimbangan yang berhubungan dengan kemampuan pasing atas pada permainan bolavoli siswa kelas X SMA Negeri 1 Batuan Tahun Pelajaran 2013-2014.

D. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang di atas, maka dapat diajukan suatu rumusan masalah yaitu :

1. Adakah hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan pasing atas dalam permainan bolavoli Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Batuan ?
2. Adakah hubungan keseimbangan dengan kemampuan pasing atas dalam permainan bolavoli Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Batuan ?

E. Tujuan Penelitian

Dari uraian latar belakang dan permasalahan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan pasing atas dalam permainan bolavoli.
2. Hubungan antara keseimbangan dengan kemampuan pasing atas dalam permainan bolavoli.

F. Manfaat Penelitian

Secara umum manfaat penelitian ini adalah agar hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan sumbangan yang berarti terhadap pelaksanaan

pembelajaran penjasorkes di sekolah khususnya pada materi permainan olahraga bolavoli. Selanjutnya manfaat teoritis yang nantinya dapat dipetik dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Dapat mengetahui secara obyektif tentang rancangan dan pelaksanaan pembelajaran tehnik dasar passing atas permainan bolavoli dengan model pembelajaran latihan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Batuan.
2. Dapat mengetahui tingkat keberhasilan pembelajaran tehnik dasar passing atas permainan bolavoli dengan model pembelajaran latihan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli Siswa Kelas XSMA Negeri 1 Batuan.
3. Diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam memperkuat teori-teori pembelajaran penjasorkes, terutama terhadap pengembangan model pembelajaran latihan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli.

Sedangkan manfaat praktis yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa
 - a. Sebagai bahan informasi sekaligus bahan bacaan siswa dan menambah koleksi perpustakaan.
 - b. Memberikan informasi tentang hubungan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas pada permainan bolavoli siswa kelas X SMA Negeri I Batuan Tahun pelajaran 2013 - 2014.
2. Bagi guru
 - a. Sebagai dasar ilmu yang bisa memberikan sedikit ilmu di bidang keolahragaan khususnya bolavoli.

- b. Dari hasil penelitian diharapkan dapat memperjelas informasi mengenai hubungan kekuatan otot lengan dan keseimbangan terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bolavoli.
- c. Sebagai panduan untuk memperbaiki pembinaan cabang olahraga bolavoli.
- d. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ilmu pendidikan, khususnya cabang olahraga bolavoli

3. Bagi peneliti

- a. Sebagai pengalaman dibidang penelitian yang objektif dalam ilmu keolahragaan khususnya bolavoli.
- b. Bagi penulis, penelitian ini dapat menambah wawasan, pengalaman dan pengetahuan baru.
- c. Sebagai bahan pertimbangan apabila mengadakan penelitian yang serupa.
- d. Sebagai dasar penelitian di masa yang akan datang.

G. Batasan Istilah

Dari uraian latar belakang tersebut, maka peneliti memberi batasan istilah yaitu :

1. Kekuatan otot lengan adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam menggunakan otot untuk menerima beban.
2. Keseimbangan (*statis*) adalah kemampuan untuk mengontrol posisi tubuh seperti berdiri diujung satu kaki (jinjit), pada kaki yang dominan.
3. Kemampuan adalah kecakapan atau potensi menguasai suatu keahlian untuk mengerjakan sesuatu yang diujikan melalui tindakannya.