BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan kemajuan ilmu serta teknologi, kegiatan olahraga di Indonesia khususnya cabang-cabang bolavoli mengalami perkembangan yang pesat. Semua ini tidak lepas dari perhatian pemerintah di bidang olahraga. hal ini terbukti dengan keikutsertaan indonesia dalam pertandingan-pertandingan di tingkat regional, nasional ataupun internasional. Keikutsertaan tim bolavoli Indonesia di tingkat internasional dengan prestasi yang kurang menggembirakan.

Pemerintah Indonesia dewasa ini sedang giat melaksanakan berbagai program pembangunan, diantaranya adalah bidang olahraga. Bidang olahraga mendapatkan perhatian serius terutama sekali pada upaya penyelenggaraan dan pembinaan atlet agar dapat berprestasi. Hal ini dapat terwujud karena adanya kerjasama yang baik antara lembaga-lembaga pemerintah, masyarakat, dan instansi terkait.

Berkaitan dengan hal tersebut, bolavoli sebagai salah satu cabang, olahraga permainan yang sangat digemari oleh masyarakat. Permainan dilakukan dengan alan memantulkan bola sebelum jatuh ke tanah (*volleying*) (Barbara, 2004 : 1).

Bolavoli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan berbagai kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain 2 orang, dan permainan dengan jumlah 6 orang yang biasa digunakan. Alasan lain yang menyenangkan adalah dapat dimainkan dan dinikmati berbagai usia dan tingkat kemampuan, dapat dimainkan di segala bentuk

lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun permukaan lantai buatan, dapat dilakukan di dalam ataupun di luar gedung (Barbara dan Bonnie, 2004 : 1).

Banyaknya pendirian perkumpulan bolavoli, diharapkan dapat menumbuhkan persaingan yang sehat untuk meraih prestasi. Hakekat permainan bolavoli adalah kegiatan jasmani yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri dan orang lain, yang jika dipertandingkan harus dilaksanakan secara kesatria sehingga merupakan sarana pendidikan pribadi yang ampuh menuju peningkatan kualitas hidup yang lebih luhur, dimaksudkan bahwa dalam kegiatan kesegaran jasmani seseorang atau atlet diharuskan memiliki rasa percaya diri, tanpa mengharapkan bantuan orang lain dan sportif sesuai dengan apa yang diperoleh dalam pertandingan.

Menurut Beutselstahl (2005 : 36) yang dikutip oleh Sarnam mengatakan bahwa, bermain bolavoli harus mendatangkan kegembiraan, kesenangan dan kebahagiaan lahir dan batin baik di dunia dan di akherat. Takaran kebahagiaan di alam fana sangatlah subyektif, lewat bermain bolavoli pun manusia dapat mencari kepuasan lahir dan batin. Permainan bolavoli adalah suatu alat untuk mendidik manusia dalam usahanya menyempurnakan kualitas diri sebagai khalifah Allah SWT di bumi. Diharapkan seorang pemain bola voli dapat tumbuh dan berkembang selaras, serasi dan seimbang antara fisik, sikap mental sesuai dengan cita-cita pendidikan nasional bangsa Indonesia.

Pembinaan serta pengembangan olahraga sebagai bagian dari usaha peningkatan kesehatan jasmani dan rohani. Seluruh masyarakat guna pembentukan watak, disiplin dan sportifitas dan pengembangan olahraga dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Peningkatan prestasi olahraga untuk menuju pencapaian sasaran yang diharapkan dalam pembinaan olahraga diperlukan proses dan waktu yang lama.

Di SMP Negeri 1 Ambunten permainan bolavoli dijadikan suatu kegiatan belajar dan dapat dilakukan sebagai suatu kegiatan pendidikan yang dilaksanakan diwaktu senggang, kini bolavoli tidak hanya sebagai rekreasi, namun sudah menjadi bagian dari olahraga pendidikan. Sebagai olahraga pendidikan selain sebagai sarana pencapaian tujuan pendidikan, hal yang utama adalah sebagai penunjang pembinaan dan pemeliharaan kesegaran jasmani, dan berperan dalam pembentukan kerjasama pada anak serta pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat lainnya. Semangat bertanding dan pembentukan mental. Sekolah juga dilengkapi dengan kurikulum pendidikan jasmani di dalamnya memuat pembelajaran olahraga bola voli sebagai kurikulum wajib.

Faktor-faktor kelengkapan yang harus dimiliki seseorang bila ingin mencapai prestasi yang optimal yaitu : 1) pengembangan fisik, 2) pengembangan teknik, 3) pengembangan mental dan 4) kematangan juara (Sajoto, 1988 : 7). Kemudian faktor-faktor penentu pencapaian prestasi olahraga meliputi aspek biologis terdiri dari : 1) potensi atau kemampuan dasar tubuh yang meliputi kekuatan, kecepatan, kelincahan tenaga, daya tahan otot, daya kerja jantung dan paru-paru, kelentukan, keseimbangan, ketepatan dan kesehatan olahraga, 2) fungsi organ tubuh yang meliputi daya kerja jantung, daya kerja pernafasan, daya kerja panca indera, 3) struktur dan poster tubuh yang meliputi jumlah makanan yang cukup, nilai makanan yang memenuhi kebutuhan, variasi makanan (Sajoto 1988:1).

Pembinaan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Ambunten dalam pelaksanaan latihan, terkadang kurang seimbang dalam pemberian materi antara keterampilan teknik dasar bermain ataupun latihan kondisi fisik. Diumpamakan jika kedua hal tersebut dibandingkan, perbandingan latihan yang tidak seimbang akan berpengaruh pada saat tampil dalam pertandingan maupun dalam hasil akhir program, sehingga harapan untuk meraih kemenangan kemungkinan kecil. Untuk

itulah dalam upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu diusahakan pembinaan yang terarah dan berkelanjutan lewat pemanduan bakat, pembibitan, pendidikan serta pelatihan olahraga yang didasarkan pada ilmu pengetahuan secara efektif sebagai sarana, mencapai prestasi optimal. Seperti halnya penulis menggambarkan keadaan siswa SMP Negeri 1 Ambunten yang gemar mengikuti bolavoli di sekolah, rata-rata memiliki postur tubuh tinggi 165 - 170, sehingga memunculkan ide bagi penulis bahan penelitian. Sejauh mana kemampuan siswa SMP Negeri 1 Ambunten dalam melakukan servis atas bolavoli dengan postur tubuh yang memadai. Perlu juga diupayakan langkah-langkah nyata mulai dari penarikan metode latihan, peningkatan sarana prasarana, penggunaan peralatan yang baik dan standar, perhatian masalah gizi, tes dan pengukuran dalam olahraga sampai pada perhatian terhadap tim dokter dan psikolog yang diperlukan.

Kemampuan atlet bolavoli perlu ditingkatkan. Unsur-unsur yang meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, kematangan mental, kerjasama dan pengalaman dalam bertanding (USA, 2008:61). Sebagai faktor pendukung untuk mempercepat tercapai tujuan permainan bola voli antara lain, faktor endogen dan pemain yang terdiri dari : 1) kesehatan fisik dan mental, 2) bentuk tubuh sesuai cabang olahraga yang diikuti, untuk cabang bolavoli diharapkan yang tinggi dan atletis, 3) punya bakat untuk bermain bolavoli yang meliputi kemampuan fisik, teknik, dan taktik, 4) dimiliki sikap mental yang baik seperti sosial, disiplin, tekun, kreatif bertanggung jawab dan berkemauan keras.

Menurut USA Volleyball (2008:13) bahwa syarat-syarat bibit pemain bolavoli yang baik antara lain memiliki syarat fisik, yaitu kesehatan yang baik, tidak memiliki cacat tubuh, postur tubuh tinggi, memiliki unsur kondisi fisik yang baik (kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan, koordinasi kelentukan, *power*) dan secara psikologis memiliki kemampuan kerja otot yang baik. Menurut Suharno (1985:9), bahwa syarat-syarat dalam pembibitan sesuai tuntutan anatomi atau

somatis yang lengkap, tinggi badan 180 cm ke atas untuk putra 160 cm ke atas untuk putri, ukuran tangan yang panjang dan ramping tetapi harus memiliki daya ledak yang tinggi untuk pukulan dan bola dalam smes.

Dijelaskan oleh USA Volleyball (2008:62) permainan bola voli adalah permainan tempo cepat sehingga waktu untuk bermain sangat terbatas apabila tidak sesuai teknik dasar yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar. Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu awal untuk memperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar. Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan permainan bolavoli. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permian, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu awal untuk memperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Karena, sangat penting teknik servis dalam bolavoli maka perlu syarat tertentu sebagai modal dalam melakukan servis diantaranya memiliki kondisi fisik yang menandai berupa kekuatan dan kecepatan. Sebab, untuk melakukan servis yang baik harus mempunyai keterampilan khusus. Misalnya kecepatan gerak lengan ketika memukul bola, kekuatan otot lengan untuk tenaga, ayunan lengan agar bola mampu melaju cepat dan keras, keseimbangan serta *power* (daya ledak) yang tinggi untuk mendapatkan ketepatan servis yang baik.

Menurut Harsono (1988:176) kekuatan otot lengan atau *strength* adalah kemampuan otot untuk membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Panjang lengan merupakan bagian tubuh sepanjang lengan atas, lengan bawah, telapak tangan dan berakhir pada ujung jari tengah. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan tubuh dalam posisi kesetimbangan maupun dalam

keadaan statik atau dinamik, serta menggunakan aktivitas otot yang minimal Menurut Beutelstahl (2005:8) servis adalah sentuhan pertama dengan bola.

Dalam penelitian ini faktor fisik yang akan dikaji adalah kekuatan otot lengan, keseimbangan dan *power* (daya ledak). Namun tingkat kondisi fisik dan anatomis seseorang berbeda-beda. Sedangkan untuk memperoleh bibit pemain bola voli yang baik perlu perlu diketahui seberapa besar hubungan faktor-faktor tersebut di atas ikut berpengaruh terhadap hasil permainan bola voli khususnya dalam pelaksanaan servis atas. Adapun alasan pemilihan judul penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Permainan bolavoli termasuk bahan pembelajaran dalam kurikulum pendidikan SMP.
2. Teknik servis adalah salah satu faktor penting dalam permainan bolavoli yang berfungsi untuk pukulan pertama dimulainya permainan dan serangan awal bagi suatu regu.
3. Hasil servis bolavoli dapat dipengaruhi oleh kekuatan otot lengan, keseimbangan, dan *power* (daya ledak).

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan di atas, penulis mengajukan judul "Hubungan antara kekuatan otot lengan keseimbangan dan *power* (daya ledak) terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten tahun pelajaran 2014/2015".

B. Identifikasi Dan Batasan Masalah

a. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka dikemukakan suatu gambaran tentang permasalahan yang dihadapi. Dalam penelitian ini masalah yang dapat diteliti dan diidentifikasi adalah sebagai berikut:

- 1) Tidak adanya Penerapan kekuatan otot lengan keseimbangan dan *power* (daya ledak) terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten tahun pelajaran 2014/2015.
- 2) Minimnya sarana dan prasarana permainan bolavoli di SMP Negeri 1 Ambunten tahun pelajaran 2014/2015.
- 3) kurangnya tenaga ahli di SMP Negeri 1 Ambunten tahun 2014/2015.

b. Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah, bahwa pembahasan penelitian hanya dibatasi pada hubungan antara kekuatan otot lengan keseimbangan dan *power* (daya ledak) terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten Tahun Pelajaran 2014/2015?
2. Apakah ada hubungan antara keseimbangan terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten Tahun Pelajaran 2014/2015?
3. Apakah ada hubungan antara *power* (daya ledak) terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten Tahun Pelajaran 2014/2015?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten Tahun Pelajaran 2014/2015.
2. Mengetahui hubungan antara keseimbangan terhadap ketepatan servis atas pada permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten Tahun Pelajaran 2014/2015.
3. Mengetahui hubungan *power* (daya ledak) antara terhadap ketepatan servis atas pada permainan bola voli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Ambunten Tahun Pelajaran 2014/2015.

E. Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi Peneliti
 - a) Melatih daya analisis serta sikap ilmiah untuk memperoleh kebenaran dalam penelitian.
 - b) Sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.
2. Bagi Guru
 - a) Sebagai bahan informasi untuk mengetahui kondisi fisik siswa yang berkaitan dengan calon-calon pemain bolavoli.
 - b) Meningkatkan kualitas dalam belajar mengajar khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
3. Bagi Siswa

Mengetahui ketepatan penggunaan service atas untuk meningkatkan keberhasilan dalam permainan bolavoli.