

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 viera, 2000 : 1).

Bolavoli menjadi cabang 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 (Viera dan Fergusson, 1996 : 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 Suharno(1998 : 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 Manding permainan bolavoli dijadikan suatu kegiatan belajar dan dapat dilakukan sebagai suatu kegiatan pendidikan yang dilaksanakan di waktu 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, 1995 : 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 postur tubuh yang meliputi jumlah makanan yang cukup, nilai makanan yang memenuhi kebutuhan, variasi makanan (Sajoto 1995:1).

Pembinaan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Manding 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 Manding yang gemar mengikuti bolavoli di sekolah, rata-rata memiliki poster tubuh yang lumayan tinggi, sehingga memunculkan ide bagi penulis bahan penelitian. Se jauh mana kemampun siswa SMP Negeri 1 Manding dalam melakukan servis atas bolavoli dengan poster tubuh yang memadai. Perlu juga diupayakan langkah-langkah nyata mulai dari penaikan metode latihan, peningkatan sarana prasana, 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 (Yunus, 1992:61). 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 diharpkan 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 Yunus (1992:13) 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 kelenturan, kekuatan) 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 kekuatan yang tinggi untuk pukulan dan bola dalam smes.

Dijelaskan oleh Yunus (1992:62) 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 mempunyaiketerampilan khusus. Misalnya kecepatan gerak lengan ketika memukul bola, kekuatan otot lengan untuk tenaga, ayunan lengan agar bola

mampu melaju cepat dan keras, keseimbangan serta yang tinggi untuk mendapatkan ketepatan servis yang baik.

Dalam penelitian ini faktor fisik yang akan dikaji adalah kekuatan otot lengan dan keseimbangan. 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 bawah. 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, dan keseimbangan.
4. Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan Beutelsthahl (2005:19)

Dari penjelasa diatas, maka penulis meneliti tentang judul “Hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding tahun pelajaran 2014/2015”.

B. Identifikasi Dan Batasan Masalah

1. Identifikasi Masalah

- a) Rendahnya kemampuan siswa ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding tahun pelajaran 2014/2015 dalam melakukan servis bolavoli.

- b) Peserta didik kurang memiliki dasar-dasar servis atas bolavoli yang baik.
- c) Guru tidak pernah mencontohkan servis atas bolavoli.
- d) Sarana prasarana kurang memadai untuk melakukan pembelajaran bolavoli.

2. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti hanya meneliti tentang hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding tahun pelajaran 2014/2015.

C. Rumusan Masalah

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

1. Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding ?
2. Adakah hubungan antara keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding?
3. Sejauh mana hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk Mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding.
2. Untuk Mengetahui hubungan keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding

3. Untuk mengetahui sejauh hubungan antara kekuatan otot lengan dan keseimbangan dengan ketepatan servis atas permainan bolavoli pada ekstra kurikuler SMP Negeri 1 Manding

E. Manfaat Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis :

Secara teoritis hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberi bahan masukan dan tambahan informasi ilmiah bagi siswa, guru, dan pembina olahraga bolavoli, khususnya berkenaan dengan penguasaan keterampilan servis bolavoli dalam pembelajaran bolavoli.

2. Manfaat Praktis :

a) Bagi Peneliti

- 1) Melatih daya analisis serta sikap ilmiah untuk memperoleh kebenaran dalam penelitian
- 2) Sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

b) Bagi Guru

- 1) Sebagai bahan informasi untuk mengetahui kondisi fisik siswa yang berkaitan dengan calon-calon pemain bolavoli.
- 2) Meningkatkan kualitas dalam belajar mengajar khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan

c) Bagi Siswa

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