

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan faktor terpenting pengembangan sumber daya manusia (SDM), semakin terdidik seseorang, semakin sadar dalam segala aspek kehidupan. Pendidikan merupakan kebutuhan bagi semua manusia, baik pendidikan formal maupun nonformal. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Pendidikan jasmani diarahkan guna membentuk jasmani yang sehat dan mental yang baik, agar dapat menghasilkan generasi muda yang baik, bertanggung jawab, berdisiplin, berkepribadian, kuat jiwa raga serta berkesadaran nasional. Dalam dunia olahraga di masyarakat khususnya para atlet dituntut lebih banyak usahanya untuk selalu meningkatkan kemampuan, keterampilan dan ilmu pengetahuan yang dimilikinya agar dapat menyesuaikan diri dengan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dibutuhkan dalam dunia olahraga baik saat ini maupun yang akan datang.

Pendidikan non formal atau ekstrakurikuler di dunia pendidikan bertujuan untuk mengembangkan bakat, minat dan meningkatkan berbagai kemampuan dibidang akademis. Ekstrakurikuler saat ini sudah banyak diterapkan di beberapa sekolah dan wajib diikuti oleh setiap siswa, salah satunya di kecamatan Mranggen.

SMP Negeri 1 Mranggen adalah satu lembaga sekolah di kecamatan Mranggen yang sudah menerapkan program ekstrakurikuler. Ada berbagai ekstrakurikuler yang dilakukan di SMP Negeri 1 Mranggen seperti rebana, takraw, bola basket, sepak bola, pramuka dan bola voli. Dari beberapa ekstrakurikuler tersebut peneliti memilih salah satu ekstrakurikuler yaitu bola voli, karena ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mranggen adalah ekstrakurikuler yang sangat berkembang tetapi untuk peserta ekstrakurikuler putri mengalami beberapa kendala.

Bola voli adalah permainan tim yang dilakukan dengan tempo cepat, sehingga waktu bola untuk dimainkan sangatlah terbatas, dengan demikian atlet harus menguasai teknik-teknik dasar bola voli secara sempurna untuk dapat menguasai bola dalam suatu permainan dan mampu menghasilkan *point* bagi timnya. Permainan bola voli memiliki beberapa bentuk teknik dasar yang perlu dikuasai oleh seorang pemain yang terdiri atas *servis*, *passing*, *blok* dan *smash*. Penguasaan teknik dasar dalam bola voli tersebut sangat penting agar bisa bermain bola voli dengan baik dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Dari berbagai teknik dasar permainan bola voli yang paling mendukung yaitu *pasing*, karena *pasing* adalah kunci utama dalam sebuah permainan bola voli. Untuk menguasai teknik tersebut diperlukan latihan secara terus menerus dan sungguh-sungguh supaya dapat menguasai teknik bola voli dengan mudah. Namun, saat pembelajaran ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mranggen untuk peserta putri banyak yang tidak mengoptimalkan latihan yang diberikan,

frekuensi latihan yang diberikan masih kurang, peserta masih banyak yang mengalami kesalahan dalam melakukan teknik bola voli dan variasi latihan yang diberikan monoton membuat peserta ekstrakurikuler jenuh melakukan latihan.

Berdasarkan observasi peneliti pada tanggal 5 Februari 2018 di ekstrakurikuler putri SMP Negeri 1 Mranggen pada umumnya belum menguasai teknik passing atas secara benar dan baik, siswi merasa belum siap bahkan belum memiliki kekuatan yang memadai, mengalami kesulitan untuk melakukan passing atas. Sehingga mengakibatkan passing atas ke daerah lawan kurang maksimal, seperti bola keluar lapangan, jatuh tidak pada sasaran, bola tidak sampai ke daerah lawan. Itu dikarenakan saat pemain menumpuk kepada teman satu timnya kurang maksimal. Hal tersebut mempengaruhi keberhasilan penguasaan teknik *passing* atas permainan bola voli.

Berdasarkan pengamatan di lapangan, peserta ekstrakurikuler putri setiap minggunya hanya melakukan satu kali latihan yaitu pada hari Kamis. Sehingga mengakibatkan peserta ekstrakurikuler bola voli putri di SMP Negeri 1 Mranggen dalam melakukan latihan masih banyak siswi yang belum terbiasa dengan beban latihan yang diberikan, dengan hal tersebut prestasi atlet khususnya pemain bola voli putri perlu ditingkatkan latihannya. Dan pemberian latihan permainan bola voli yang diberikan kurang bervariasi, mengakibatkan *passing* atas masih kurang. Maka diperlukan bentuk latihan yang menarik dan tidak membosankan supaya peserta ekstrakurikuler putri lebih bersemangat dan termotivasi mengikuti kegiatan latihan yang diberikan.

Penguasaan teknik dasar pasing atas yang benar dapat menentukan keberhasilan dalam permainan bola voli. Seharusnya dalam pembelajaran ekstrakurikuler pembina memperhatikan setiap latihan yang diberikan. Pembinaan salah satu faktor penting dalam pencapaian prestasi bola voli sehingga pembinaan harus dilakukan terus menerus, serius, tidak mengenal lelah, dan secara bertahap. Latihan ekstrakurikuler bola voli putri di SMP Negeri 1 Mranggen dalam hal pasing atas masih belum baik seperti melenceng dari sasaran dan kadang tidak sampai pada temannya. Hal tersebut di indikasikan kurang mempunyai kekuatan otot lengan yang baik, dikarenakan metode latihan yang kurang efektif merupakan faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya kemampuan *pasing* atas bola voli.

Pasing atas berpasangan tetap dan rotasi merupakan bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan dasar pasing atas untuk atlet putri. Pasing atas berpasangan tetap dan rotasi adalah salah satu bentuk latihan yang belum pernah diterapkan pelatih dalam melatih atlet putri ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mranggen, dengan bentuk latihan ini kemungkinan atlet putri akan lebih tertarik dan termotivasi dalam latihan. Kemudian, atlet putri akan memperoleh sesuatu yang baru, menyenangkan dan mampu membuat atlet putri bergerak aktif dalam latihan bola voli. Sehingga diharapkan akan memberikan dampak positif bagi atlet putri untuk giat dalam melakukan latihan pasing atas agar dapat meningkatkan prestasi bola voli di SMP Negeri 1 Mranggen.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “pengaruh latihan pasing atas berpasangan tetap dan rotasi terhadap

ketepatan pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Masih banyak dari peserta putri yang mengalami kesulitan, khususnya teknik dasar pasing atas bola voli dan tingkat kesulitan pasing atas sangat tinggi.
2. Kurangnya waktu latihan peserta bola voli putri yang hanya dilaksanakan satu kali dalam seminggu, oleh karena itu waktu latihan di tambah tiga kali dalam seminggu yang bertujuan untuk meningkatkan ketepatan dalam pasing atas peseta bola voli putri.
3. Variasi latihan perlu ditambahkan dan dikembangkan demi kemajuan pada pasing atas peserta bola voli putri.
4. Peserta ekstrakurikuler bola voli putri di SMP Negeri 1 Mranggen perlu diberi waktu tambahan program latihan dalam seminggu dan perlu diberi program latihan untuk meningkatkan pasing atas pada bola voli putri.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dalam penelitian ini penulis membatasi masalah penelitian yaitu hanya membahas tentang latihan pasing atas berpasangan tetap dan rotasi terhadap ketepatan pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dijelaskan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Adakah pengaruh dari latihan pasing atas berpasangan tetap terhadap ketepatan pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018?
2. Adakah pengaruh dari latihan pasing atas berpasangan rotasi terhadap ketepatan pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018?
3. Manakah yang lebih efektif antara latihan pasing atas berpasangan tetap dan rotasi terhadap hasil pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan pasing atas berpasangan tetap terhadap hasil pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan pasing atas berpasangan rotasi terhadap hasil pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018.

3. Untuk mengetahui apa yang lebih efektif antara latihan pasing atas berpasangan tetap dan rotasi terhadap hasil pasing atas bola voli putri ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mranggen Tahun 2018.

1.6 Manfaat Penelitian

Setelah mengetahui pengaruh latihan pasing atas berpasangan tetap atau latihan pasing atas berpasangan rotasi terhadap hasil pasing atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli putri SMP Negeri 1 Mranggen, penelitian ini diharapkan mempunyai :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Memberikan ilmu pengetahuan khususnya disiplin ilmu keolahragaan yang berkaitan dengan masalah prestasi berdasarkan bola voli. Selain itu dapat memberikan khasanah atau perbendaharaan bagi ilmu pengetahuan serta dapat dijadikan sumber informasi bagi penelitian lain dengan tema sejenis terutama dilingkungan Universitas Wahid Hasyim Semarang.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Sekolah

1. Sebagai sarana penelitian
2. Penambah pengetahuan khususnya dibidang olahraga bola voli.
3. Pembuktian adanya pengaruh latihan pasing atas berpasangan tetap dan latihan pasing atas rotasi terhadap pasing atas.
4. Peningkatan prestasi dalam cabang bola voli di SMP Negeri 1 Mranggen.

1.6.2.2 Bagi Guru Olahraga

Penelitian diharapkan sebagai dasar dalam meningkatkan prestasi siswa.

1.6.2.3 Bagi peneliti

1. Memberikan pengalaman yang amat bermanfaat sekali untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh di bangku kuliah.
2. Akan mendapat jawaban yang kongkrit tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul penelitian.
3. Menambah ilmu yang dapat dipergunakan dalam dunia kerja pada khususnya dan masyarakat pada umumnya.

1.6.2.4 Bagi pemain

Memberikan informasi untuk meningkatkan hasil pasing atas pada permainan bola voli.

