

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli salah satu olahraga yang merupakan kemampuan awal yang dimiliki manusia yang bisa dikembangkan dan dilatih untuk kepentingan kesehatan bagi dirinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa olahraga muncul seiring dengan keberadaan manusia itu sendiri. Selain itu, olahraga juga memiliki tujuan dan cara-cara yang berguna untuk dapat meningkatkan kemampuan manusia dalam melakukan proses adaptasi dengan alam sekitar dan lingkungan tempat tinggalnya.

Secara umum banyak sekali manfaat yang kita peroleh dari berolahraga. Berolah raga secara teratur akan menjaga kesehatan dan meningkatkan kebugaran tubuh. Aliran darah menjadi lancar sehingga proses pengangkutan nutrisi ke seluruh jaringan tubuh menjadi lancar pula. Begitu pula halnya dengan suplai oksigen ke otak menjadi lebih cepat dan banyak sehingga membantu dalam meningkatkan konsentrasi dan kejernihan berpikir (Jawardana, 2010:1).

Olahraga juga berarti suatu bentuk bermain yang terorganisir dan bersifat kompetitif. Beberapa ahli memandang bahwa olah raga semata-mata suatu bentuk permainan yang terorganisasi, yang menempatkannya lebih dekat kepada istilah pendidikan jasmani. Akan tetapi, pengujian yang lebih cermat menunjukkan bahwa secara tradisional, olahraga melibatkan aktivitas kompetitif. olahraga dan pendidikan jasmani melibatkan bentuk-bentuk gerakan.

Wuest & Bucher (dalam Agus, 2011) berpendapat bahwa: Penjasor terdiri dari istilah, yaitu pendidikan jasmani (*Physical Education*) dan olahraga (*sport*). Pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai suatu proses yang bertujuan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa melalui aktivitas fisik yang dipilih dan direncanakan dengan saksama. Sedangkan olahraga merupakan aktivitas fisik yang mencakup unsur pertandingan dengan aturan bagi pesertanya. Dalam hal ini ditekankan bahwa jasmani hanya sebagai alat dan bukan tujuan dari aktivitas yang dilakukan itu. Tujuan Penjasorkes mencakup perkembangan kebugaran jasmani, perkembangan keterampilan gerak, tujuan perkembangan pengetahuan dan tujuan perkembangan afektif.

Secara umum Bola voli tidak banyak mengandung resiko cedera bagi para pemainnya karena sepanjang pertandingan tidak terjadi kontak langsung dengan pemain lawan dilapangan. Sebagaimana olahraga permainan lainnya, permainan Bola voli juga mengandung nilai pendidikan sehingga permainan Bola voli diberikan dalam lingkungan pendidikan.

Penguasaan teknik dasar Bola voli dan sebuah kondisi fisik yang baik tidaklah mudah. Perlu latihan keras yang dimulai sejak dini. Jika teknik dasar telah dimiliki dengan baik maka akan dapat bermain Bola voli dengan baik pula. Hal ini sudah wajar untuk dimiliki oleh setiap atlet dari berbagai macam cabang olahraga. Pada permainan Bola voli, teknik dasar merupakan faktor yang mendasar yang harus dikuasai oleh siswa SD/MI sampai SMA/SMK. Dengan menguasai teknik dasar bermain Bola voli, diharapkan siswa akan memiliki keterampilan bermain Bola voli. Teknik dasar bermain Bola voli meliputi *passing*, *service*, *smash* dan *block*.

Passing bawah merupakan teknik dasar yang paling awal diajarkan bagi siswa atau pemain pemula. *Passing* bawah dilakukan dengan kedua lengan untuk dioperkan atau dimainkan di lapangan permainan sendiri. Pada gerakan teknik *passing* bawah melibatkan beberapa gerakan dari anggota badan antara lain: posisi kaki, posisi badan, posisi kedua tangan, dan gerakan lanjut. Bagian-bagian tubuh tersebut merupakan rangkaian gerakan *passing* bawah yang tidak dapat dipisahkan pelaksanaannya untuk menghasilkan kualitas *passing* bawah yang baik dan sempurna. Agar siswa mampu melakukan *passing* bawah dengan baik dan benar. Seorang guru harus mampu memilih metode latihan yang mudah dipelajari dan dipahami oleh siswa, salah satunya dengan menggunakan metode dalam bentuk permainan, yang dilaksanakan dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki siswa dari berbagai bidang studi. Menurut Aqip dan Sujak (2011:68), terdapat 4 (empat) fungsi kegiatan ekstrakurikuler diantaranya yaitu:

- a. Fungsi Pengembangan, yaitu kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mendukung perkembangan personal peserta didik melalui perluasan minat, pengembangan potensi dan pembentukan karakter dan pelatihan kepemimpinan.
- b. Fungsi Sosial, yaitu kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab memberikan kesempatan pada peserta didik untuk memperluas pengalaman sosial, praktik keterampilan sosial dan internalisasi nilai moral dan nilai moral.
- c. Fungsi Rekreatif, yaitu kegiatan ekstrakurikuler dilakukan dalam suasana rileks, menggembirakan dan menyenangkan sehingga menunjang proses perkembangan peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler harus bisa menjadikan kehidupan atau atmosfer sekolah lebih menantang dan lebih menarik bagi peserta didik.
- d. Fungsi Persiapan Karir, yaitu kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kesiapan karir peserta didik melalui pengembangan kapasitas.

Banyak ragam model latihan yang dapat diberikan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli salah satunya dengan cara bola yang digantung. Berdasarkan keterangan dari hasil wawancara penulis dengan Bapak Riyan Sulung, S.Pd. selaku pelatih ekstrakurikuler bola voli SMK Harapan Bangsa pada tanggal 01 Februari 2020 yang bertempat di Kantor SMK Harapan Bangsa, bahwa ada permasalahan yang dihadapi oleh siswa saat melakukan *passing* bawah yaitu kurangnya ketepatan sasaran saat mengoper dan penerimaan bola dari lawan dikarenakan posisi badan dan ketepatan tangan kurang akurat saat melakukan *passing* bola voli. Jika diberikan metode latihan dengan bola yang digantung maka diharapkan siswa akan memahami perkenaan tangan dengan bola dan momentum saat akan *passing* bawah bola voli. Bola yang digantung merupakan salah satu media penyampaian informasi kepada penerimanya dalam hal ini informasi posisi kegiatan ekstrakurikuler dalam bentuk bermain yang akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* bawah permainan Bola voli yaitu

dengan menggunakan permainan bola gantung. Pelaksanaan metode permainan bola gantung, yaitu dengan cara bola harus digantung terlebih dahulu di media gawang futsal sebelum bola di *passing* bawah, dengan metode ini diharapkan dapat meningkatkan *passing* bawah bola voli siswa.

Latihan bola yang digantung yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bola yang digantung pada seutas tali yang diikat pada ujung tiang gawang yang berporos pada pengikat tali, dengan ketinggian sesuai dengan jangkauan pemain. Latihan bola yang digantung secara mekanik mampu mengembangkan kecepatan serta ketepatan dalam *passing* bola (dalam hasil penelitian Efrian Dedy Setyawan, 2013: 45). Keterampilan teknik dasar *passing* bawah Bola voli merupakan hal terpenting untuk kegiatan ekstrakurikuler Bola voli. Peserta yang mengikuti ekstrakurikuler Bola voli memiliki keterampilan yang berbeda-beda, karena tidak semua peserta ekstrakurikuler SMK Harapan Bangsa mengetahui dan mempraktekkan teknik dasar Bola voli dengan baik dan benar. Untuk mengetahui keterampilan yang berbeda-beda tersebut perlu disesuaikan dengan karakteristik peserta ekstrakurikuler SMK Harapan Bangsa yang masih menyukai aktivitas permainan. Kegiatan ekstrakurikuler Bola voli di SMK Harapan Bangsa kurang berjalan dengan baik termasuk pembelajaran permainan Bola voli.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler, teknik dasar permainan Bola voli telah diajarkan dan dilatih dengan cukup baik dan cukup benar tapi belum menunjukkan hasil yang maksimal. Masih banyak peserta ekstrakurikuler yang belum mampu melakukan teknik dasar dengan benar, itu dikarenakan bakat yang dimiliki siswa dalam bermain Bola voli sangat kurang. Keterampilan teknik dasar permainan Bola voli yang belum baik akan berpengaruh pada kualitas permainan yang rendah. Pemberian metode melatih ekstrakurikuler Bola voli dirasa masih kurang adanya variasi pemberian metode yang menarik yang membuat peserta lebih antusias lagi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Bola voli.

Banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan teknik dasar Bola voli, rendahnya keterampilan teknik dasar *passing* bawah permainan Bola voli tersebut perlu ditelusuri faktor penyebabnya, apakah karena penguasaan teknik dasarnya yang kurang baik, kemampuan fisik yang tidak mendukung atau metode melatih

yang kurang efektif dan lain sebagainya. Kondisi yang demikian seseorang guru pendidikan jasmani dan pelatih harus mampu mengevaluasi dari semua faktor baik dari pihak guru atau pelatih sendiri maupun dari pihak peserta yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Bola voli. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian eksperimen yang akan dipaparkan melalui karya ilmiah skripsi dengan judul **“Pengaruh Metode Permainan Bola Gantung terhadap keterampilan *passing* bawah Bola voli Siswa Pada kegiatan Ekstrakurikuler di SMK Harapan Bangsa.”**

B. Rumusan Masalah

Memperhatikan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “ Apakah permainan bola gantung dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah Bola voli siswa Pada kegiatan Ekstrakurikuler di SMK Harapan Bangsa”.

C. Batasan Masalah

Dari masalah-masalah yang telah diidentifikasi di atas, supaya tidak menyimpang dari masalahnya maka masalahnya difokuskan pada: “Pengaruh metode permainan bola gantung terhadap keterampilan *passing* bawah Bola voli siswa Pada kegiatan Ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Harapan Bangsa?”.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak di capai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Pengaruh Metode Permainan Bola Gantung terhadap keterampilan *passing* bawah Bola voli Siswa Pada kegiatan Ekstrakurikuler di SMK Harapan Bangsa”.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis
 - a. Untuk mendapat temuan baru tentang bagaimana meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan Bola voli dengan menggunakan metode permainan bola gantung.
 - b. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai dasar pijakan untuk mengembangkan penelitian-penelitian sejenis.
2. Manfaat praktis
 - a. Bagi Peserta didik
 - 1) Peserta didik tidak takut dalam melakukan *passing* bawah.
 - 2) Meningkatkan keterampilan gerak peserta didik terutama dalam penguasaan teknik *passing* bawah.
 - b. Bagi Guru
 - 1) Untuk mencari alternatif pembelajaran yang lebih mudah, efektif, dan kreatif sehingga peserta didik lebih antusias mengikuti ekstrakurikuler Bola voli.
 - 2) Untuk mengetahui hasil latihan *passing* bawah Bola voli yang dicapai peserta ekstrakurikuler sebelum dan sesudah menggunakan metode permainan bola gantung.
 - c. Bagi sekolah
 - 1) Menciptakan situasi yang kondusif untuk meningkatkan hasil ekstrakurikuler Bola voli khususnya materi *passing* bawah.
 - 2) Meningkatkan prestasi akademis dan non akademis sekolah pada bidang Bola voli.