

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bola Voli merupakan olahraga yang menggunakan bola berbahan karet atau kulit dan dimainkan secara berkelompok oleh dua tim. Setiap tim terdiri dari 6 orang pemain yang area permainannya dipisahkan oleh net. Tujuan olahraga ini adalah memukul bola hingga melewati net sekaligus menjatuhkannya dilantai lapangan di area lawan. Cara memukul bolanya pun tidak boleh sembarangan, karena ada teknik-teknik tertentu yang harus dikuasai para pemain. Permainannya sendiri dibagi menjadi 2-3 babak. Tim yang mendapatkan skor 25 terlebih dahulu akan dinyatakan sebagai pemenang dibabak tersebut. Pemenang pertandingan adalah tim yang berhasil memenangkan dua babak. Menurut UU No. 3 Tahun 2005 olahraga didefinisikan sebagai kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Tujuan olahraga untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, dan menanamkan nilai moral dan akhlak, sportivitas, disiplin, memepererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat, dan kehormatan bangsa (Syaifullah, 2015).

Pendidikan memegang peranan penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia dan keberhasilan pembangunan. Negara dapat mencapai pembangun seluruh komponen bangsa memiliki kesamaan tujuan untuk mensukseskan pembangunan, keberhasilan pembangunan dapat optimal ditunjang oleh kualitas sumber daya manusia yang sehat dan bugar. Kesehatan dan kebugaran dapat diwujudkan dengan cara melakukan kegiatan olahraga secara teratur. Dalam hubungannya dengan pembentukan kualitas sumber daya manusia, pemerintah memberikan pembelajaran pendidikan jasmani ke dalam setiap jenjang pendidikan yang ada di Indonesia terutama untuk yang berada di pelosok desa.

Permainan bola voli merupakan permainan yang menggunakan bola dengan cara dipantulkan diatas net. Tujuan tersebut untuk

menjatuhkan bola di daerah lawan dalam rangka mencari kemenangan. Mem-*volley* atau memantulkan bola ke udara dapat mempergunakan seluruh anggota atau bagian tubuh dari ujung kaki sampai ke kepala dengan pantulan sempurna (Yusmar, 2017). Olahraga Bola voli mempunyai tujuan yang bermacam-macam di antaranya olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi.

Passing bawah merupakan dasar dari permainan bola voli. *Passing* bawah sangat banyak manfaatnya yaitu menerima servis, menahan smash, dan memantulkan bola. Adapun langkah-langkah *passing* bawah pertama lutut ditekuk kedua badan condong kedepan ketiga sentuh bola pada pergelangan tangan dan pandangan mata kedepan setara koordinasi gerakan lutut, badan, dan bahu (Kusmoro, 2011).

Wallbounce merupakan sikap permulaan pemain memegang bola dengan kedua tangan menghadap dinding, pelaksanaannya bola dilemparkan atau dipantulkan ke dinding dan pantulannya berusaha untuk di *passing* ketembok sasaran lagi demikian seterusnya. Ketika bola melenceng atau tidak dapat di *passing* maka bola di ambil dan dilemparkan atau dipantulkan ke dinding dan di *passing* lagi secara berulang-ulang. Pertama diawali dengan berdiri di depan dinding ambil posisi melempar dan siap menerima *passing* bola setelah terpantul kedua tangan menerima bola dengan meluruskan kedua lengan. Kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut agak ditekuk persis melakukan *passing* bawah. Kedua kaki harus bisa menyesuaikan hasil pantulan bola yang terpantul didinding. Bila pemasing dapat mengimbangi pantulan bola dan bisa mengendalikan pantulan bola tersebut dapat diperkirakan bisa mempunyai kemampuan *passing* yang baik, meskipun itu baru tahapan awal (Murti, 2015).

MAN Kota Surabaya Berdiri pertama kali dengan nama Sekolah Persiapan Institut Agama Islam Negeri (SPIAIN) pada tanggal 01 september 1963. Diresmikan penegeriannya pada tanggal 26 november 1963. MAN Surabaya adalah SMA Negeri berciri khas islam, satu-satunya diantara 23 SMA Negeri di kota Surabaya. MAN Surabaya berada di JL. Bendul Merisi Selatan IX/20, Kelurahan Bendul Merisi, Kecamatan Wonocolo, Kota Surabaya. Visi dari MAN

Surabaya yaitu “Terwujudnya Insan Yang Beriman, Berakhlak, dan Berprestasi (MAN Surabaya, 2021).

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Masalah-masalah yang telah diidentifikasi di atas, supaya tidak menyimpang dari masalahnya difokuskan pada: Pengaruh latihan *passing* bawah bola voli secara daring terhadap kemampuan *passing* bawah pemain di MAN Kota Surabaya dengan menggunakan latihan *wallbounce*.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu: “Adakah pengaruh latihan *wallbounce* terhadap kemampuan *passing* bawah pemain bola voli di MAN Kota Surabaya?”.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui “Pengaruh latihan *wallbounce* terhadap kemampuan *passing* bawah pemain bola voli di MAN Kota Surabaya”.

E. Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian yang bervariasi (Murti, 2015). Dalam penelitian ini terdapat dua macam variabel yaitu:

1. Variabel Bebas, atau yang sering disebut dengan variabel (X) adalah variabel yang ada hubungannya dengan variabel lain. Penelitian ini yang menjadi variabel bebas yaitu Latihan *wallbounce*
2. Variabel Terikat, atau yang sering disebut dengan variabel (Y) adalah variabel yang dipengaruhi variabel lain (Khanifa, Ayu, 2010). Dalam penelitian ini adalah kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

F. Manfaat penelitian

Berikut merupakan manfaat penelitian:

1. Manfaat segi teoritis
 - a. Untuk mendapatkan pengetahuan tentang bagaimana penerapan latihan *wallbounce* dengan metode daring.

- b. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai dasar pijakan untuk mengembangkan penelitian sejenis.
- 2. Bagi peserta didik
 - a. Peserta didik tidak takut dalam melakukan *passing* bawah
 - b. Meningkatkan keterampilan gerak pada siswa didik terutama dalam penguasaan teknik *passing* bawah.
- 3. Bagi Guru
 - a. Untuk mencari alternatif pembelajaran yang lebih mudah, efektif, dan kreatif sehingga siswa lebih antusias mengikuti pembelajaran
 - b. Untuk mengetahui hasil pembelajaran yang dicapai siswa sebelum dan sesudah menggunakan latihan *wallbounce*.
- 4. Bagi sekolah

Menciptakan situasi yang kondusif dan disiplin, mandiri untuk meningkatkan hasil kemampuan peserta ekstrakurikuler bola voli dengan latihan *wallbounce* dengan metode daring.