

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya mengandalkan prestasi namun olahraga juga untuk kesehatan dan kebugaran bagi tubuh. Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala bentuk kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan dan membina potensi-potensi jasmaniah bagi seseorang atau masyarakat melalui dengan permainan, pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan setiap karakter setiap individu.

Olahraga merupakan salah satu hal yang terpenting dalam kehidupan manusia, karena adanya olahraga maka seseorang bisa berpikir bahwa manfaat dalam berolahraga sangat penting dalam kebutuhan kesehatan sehari-hari. Maka olahraga saat ini sangat diminati dari tingkat SD, SMP, SMA/SMK bahkan di perguruan tinggi pun. Olahraga yang banyak sekali yang digemari oleh masyarakat, kalangan anak bahkan orang tua pun, yaitu olahraga bola voli maka dengan itu perkembangan olahraga bola voli saat ini sangat populer khususnya dalam tingkat pelajar maupun bertujuan untuk meraih prestasi.

Ekstrakurikuler merupakan salah satu kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pembelajaran atau di luar jam sekolah guna memperluas wawasan serta meningkatkan nilai-nilai pengetahuan dalam berbagai hal seperti halnya dalam pengetahuan tentang olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan oleh sekolah umumnya mencakup 2 (dua) jenis kegiatan yaitu ekstrakurikuler olahraga seperti, bola voli, sepakbola, futsal dan kegiatan yang non ekstrakurikuler olahraga terdiri dari pramuka, seni tari dan keagamaan untuk menampung pelajar yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler salah satunya adalah pembinaan olahraga bola voli. Hal ini mendorong cepatnya dan perkembangan bola voli dikalangan

para siswa, permainan bola voli lebih cepat perkembangannya karena bola voli dapat dimainkan oleh orang banyak secara bersama-sama, tidak ada kontak dengan lawan dan mudah untuk dipelajari sehingga orang-orang sangat tertarik untuk berlatih dan bermain bola voli.

Ektstrakurikuler di sekolah juga memberikan dukungan untuk menunjang keberhasilan siswa dalam program tersebut antara lain dengan mengadakan alat dan fasilitas olahraga yang akan digunakan guna mendukung proses kegiatan yang telah dipilih oleh siswa agar dapat berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan karena kegiatan ekstrakurikuler juga dapat dijadikan sebagai tempat untuk menampung dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh para siswa.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Banyak yang manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yang diantaranya adalah membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh dalam jiwa seseorang.

Dalam permainan bola voli gerakannya sangat kompleks yaitu gabungan dari lari, berjalan, melompat, dan membutuhkan unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelenturan yang baik. Penguasaan teknik dasar sangat penting agar bisa bermain bola voli, untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus dan dilakukan pengulangan sehingga bisa benar benar menguasai teknik tersebut. Dalam mempelajari teknik dasar harus diberikan variasi-variasi gerakan dan pengulangan terus menerus agar perasaan pemain terhadap gerakan teknik terbentuk sehingga akan lebih matang penguasaan teknik dasarnya teknik dasar yang harus dikembangkan siswa mencakup semua kemampuan yang ada dalam permainan bola voli dengan bentuk menyesuaikan dengan kemampuannya.

Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai tujuan yang optimal. Teknik-teknik keterampilan dasar permainan bola voli adalah servis, passing bawah, passing atas, smash dan blocking. Passing adalah teknik memantulkan bola dengan menggunakan tangan, sehingga bola bisa terpantul dan diberikan pada pemain berikutnya, passing salah satu keterampilan gerak dasar yang dibutuhkan dalam permainan bola voli. M. Yunus (1992:79).

Setiap cabang olahraga memiliki teknik tersendiri, demikian pula cabang olahraga bola voli. Dalam permainan bola voli terdapat lima macam cara bersentuhan dengan bola sehingga timbul juga lima teknik dasar, yaitu : 1) teknik passing atas, 2) teknik passing bawah, 3) teknik servis, 4) teknik smash atau spike, 5) teknik bendungan atau block. Bachtiar dkk (2004: 2.10).

Bahwa latihan untuk cabang bolavoli hendaknya dimulai pada anak yang berusia 11 – 12 tahun dan tahap spesialisasi pada anak yang berusia 14 – 15 tahun dan mencapai prestasi puncak pada 20 – 25 tahun. Bomp. T.O (1994:34). Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran guna memperluas wawasan serta meningkatkan dan menerapkan nilai-nilai pengetahuan dalam berbagai hal seperti pengetahuan tentang olahraga, kegiatan ekstrakurikuler juga dapat dijadikan sebagai tempat untuk menampung dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh para siswa yang belum tertuang apabila hanya dengan mengandalkan jam pelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Dengan adanya ekstrakurikuler di sekolah diharapkan kemampuan siswa meningkat dengan bentuk-bentuk latihan khusus yang sesuai dengan cabang olahraga yang diikuti dan diminati. Hal ini penting dilakukan guna pembinaan dan pembibitan olahraga dikalangan siswa meningkat dan dapat mendapatkan hasil yang memuaskan dan yang diinginkan.

SMP Mambaul Ulum adalah salah satu sekolah salah satu sekolah yang cukup memadai di bidang olahraga khususnya bola voli, dengan memadainya fasilitas memicu siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler yang ada sesuai dengan cabang olahraga yang ada disukai. SMP Mambaul Ulum merupakan salah satu sekolah yang melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bola voli setiap hari Selasa, Kamis dan Sabtu yang dimulai dari jam 15:30. Kemampuan teknik dasar yang belum baik akan berpengaruh pada kualitas permainan yang rendah saat bermain bola voli. Permasalahan yang terjadi saat ekstrakurikuler maupun pembelajaran jasmani, permasalahan tersebut terletak pada saat melakukan passing, terutama passing bawah.

Teknik dasar passing bawah adalah teknik yang pertama kali di ajarkan di sekolah-sekolah maupun di klub-klub yang ada di masyarakat. Karena passing bawah merupakan teknik bermain bola voli yang sangat penting. Kegunaan passing bawah antara lain, untuk menerima bola servis, untuk menerima bola dari lawan yang berupa serangan/smash, untuk pengambilan bola setelah terjadi block atau bola pantulan dari net, untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh di luar lapangan permainan, atau untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya atau bahkan bola yang dipassing tidak dapat melewati net sehingga permainan tidak dapat dimainkan dengan baik. Dalam melatih bola voli ada beberapa yang digunakan untuk melatih passing bawah yang efektif, baik menggunakan alat maupun tanpa menggunakan alat. Diantaranya adalah latihan passing bawah menggunakan sasaran tembok sebagai pembantu dalam latihan passing bawah.

Dalam permainan bolavoli yang sangat penting dipelajari salah satunya adalah passing. Passing sebagai penunjang sukses tidaknya permainan bolavoli baik pada saat melakukan serangan atau bertahan. Passing pada dasarnya merupakan kunci dasar dalam suatu permainan bolavoli maka passing mutlak untuk di kuasai oleh semua pemain. Durwachter (1986: 52).

Oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian yang berhubungan dengan latihan teknik dasar passing, khususnya passing bawah dalam permainan bola voli dengan judul “Pengaruh Latihan Drill Passing Bawah Menggunakan Sasaran Tembok Terhadap Kemampuan Passing Bawah Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Mambaul Ulum Tebul Timur Pamekasan”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut: Adakah pengaruh latihan drill passing bawah menggunakan sasaran tembok terhadap kemampuan passing bawah ekstrakurikuler bola voli SMP Mambaul Ulum Tebul Timur Pamekasan?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang diidentifikasi serta keterbatasan masalah. Pokok permasalahan yang akan diteliti hanya mencakup satu aspek saja, yaitu tentang pengaruh latihan drill menggunakan sasaran tembok terhadap kemampuan passing bawah ekstrakurikuler bola voli SMP Mambaul Ulum Tebul Timur Pamekasan.

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang sudah dirumuskan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh latihan drill menggunakan sasaran tembok terhadap kemampuan passing bawah ekstrakurikuler bola voli SMP Mambaul Ulum Tebul Timur Pamekasan.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis
 - a. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai bentuk latihan yang berupa metode latihan drill

- menggunakan sasaran tembok dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
- b. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan menjadi wawasan bagi pihak-pihak terkait umumnya untuk meningkatkan passing bawah bola voli.
2. Secara praktis
- a. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak siswa terutama dalam penguasaan teknik dasar passing bawah bola voli dan sekaligus bisa untuk acuan membentuk tim bola voli untuk sekolah.
 - b. Bagi guru pembimbing ekstrakurikuler, penelitian ini diharapkan dapat menambah kreativitas guru dalam mengajar ekstrakurikuler bola voli.

