

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan salah satu faktor utama didalam pelaksanaan pembangunan nasional, terutama dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang tangguh. Secara etimologi pendidikan berasal dari bahasa latin.. Pendidikan merupakan salah satu faktor utama didalam pelaksanaan pembangunan nasional, terutama dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang tangguh. Pengertian pendidikan adalah bimbingan jasmani dan rohani untuk membentuk kepribadian utama, membimbing keterampilan jasmaniah dan rohaniah sebagai perilaku nyata yang bermanfaat pada kehidupan siswa di masyarakat. Karena pentingnya pendidikan, peran guru sangat diperlukan. Guru atau pendidik secara sederhana dapat diartikan sebagai orang yang memberikan ilmu pengetahuan kepada anak didik. Oleh karena itu guru harus mengetahui atau menguasai ilmu pendidikan jasmani yang akan disampaikan pada siswa.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integrasi dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional. Proses pendidikan jasmani yang efektif akan mendorong kecepatan tujuan pendidikan jasmani yang telah dirancang seperti perkembangan fisik, pengembangan gerak, keterampilan gerak, perkembangan kognitif dan afektif, perkembangan sosial dan perkembangan emosional.

Dalam pelaksanaan pendidikan di sekolah dikenal adanya tiga kegiatan pokok, yaitu kegiatan intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Ketiga kegiatan tersebut merupakan satu kesatuan utuh yang tidak dapat dipisahkan dalam upaya mencapai tujuan pendidikan keseluruhan pada suatu satuan pendidikan sekolah. Pengertian dari *intrakurikuler* adalah kegiatan pokok yang ada didalam sekolah yang dimana sudah diprogram dalam pembagian alokasi waktu dan jam yang telah disepakati pihak sekolah.

Kokurikuler merupakan kegiatan yang telah di pelajari dalam intrakurikuler untuk mendalami dan menghayati agar pelajaran tersebut tertanam dalam pikiran. Untuk waktu pelaksanaannya yaitu diluar kelas dan jam pelajaran. Sedangkan untuk ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam mata pelajaran untuk membantu mengembangkan dan mengekspresikan diri yang dimiliki peserta didik. Ekstrakurikuler menurut Asmani (2011: 62) adalah kegiatan pendidikan diluar jam mata pelajaran dan pelayan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan tenaga pendidikan yang berkemampuan dan berwenang di sekolah.

Pada saat sekarang seharusnya ekstrakurikuler dapat memberikan banyak manfaat, tidak hanya pada peserta didik tetapi juga secara keseluruhan pada institusi sekolah secara keseluruhan. Bola voli biasanya merupakan ekstrakurikuler yang banyak diminati oleh siswa, baik laki-laki maupun perempuan.

Peneliti melakukan observasi pada siswa ekstrakurikuler di MTs AL-BALAGH LAREN. Pada saat latihan di lapangan MTs AL-BALAGH LAREN peneliti melihat bahwa pemain MTs AL-BALAGH

LAREN sangat lemah di servis bawah. Terlihat dari sebagian siswa belum mampu melakukan servis bawah melewati net. Permasalahan ini yang di soroti oleh peneliti untuk mencari solusi dari permasalahan tersebut. Peneliti akan melakukan *treatment* untuk latihan servis bawah agar memperbaiki lemahnya servis bawah. Jadi dari permasalahan diatas muncul suatu judul penelitian “Pengaruh Latihan *Push up* Terhadap kemampuan servis Bawah Bola Voli Pada Ekstrakurikuler di MTs AL-BALAGH LAREN LAMONGAN.

## **B. Ruang Lingkup Dan Pembatasan Masalah**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan agar yang dibahas dalam penelitian ini tidak melebar, di antaranya sebagai berikut:

1. Hanya menerapkan latihan *Push Up* pada kemampuan servis bawah bola voli.
2. Untuk mengetahui peningkatan servis bawah pada ekstrakurikuler bola voli di MTs AL-BALAGH LAREN.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah apakah pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan servis bawah bola voli pada ekstrakurikuler di MTs. AL-BALAGH LAREN?.

## **D. Tujuan Penelitian**

Dari rumusan masalah diatas terdapat tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan servis bawah bola voli pada ekstrakurikuler di MTs AL-BALAGH.

## **E. Variabel Penelitian**

Pada penelitian kali ini peneliti menggunakan variabel bebas dan terikat. Dimana pada variabel bebas (X) dan

variabel terikat (Y) menjelaskan lemahnya siswa dalam melakukan *service* bawah. Dengan menggunakan latihan push up apakah siswa mampu meningkatkan kemampuan servis bawah yang di anggap lemah oleh peneliti. Jadi bisa disimpulkan bahwa *push up* (Y) dan servis bawah (X)

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak antara lain:

1. Bagi siswa  
Dapat membantu siswa agar meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli dengan baik.
2. Bagi guru  
Latihan *push up* dapat digunakan pada saat pembelajaran bola voli, khususnya pada servis bawah.
3. Bagi peneliti  
Untuk mengetahui pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan servis bawah bola voli pada ekstrakurikuler di MTs AL-BALAGH LAREN.