

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim beranggota 6 orang pemain. Setiap pemain memiliki posisi masing-masing yakni sebagai pemukul, pengumpan dan libero. Permainan bola voli diawali dengan pukulan servis sampai bola melewati net dan masuk ke area lawan. Olahraga bola voli banyak diminati oleh kalangan masyarakat, bahkan di setiap daerah banyak diadakan pertandingan bola voli. Perkembangan bola voli di Indonesia semakin maju. Terbukti banyak klub-klub bola voli yang menghasilkan pemain-pemain voli yang profesional. Untuk meningkatkan prestasi olahraga di cabang bola voli diperlukan latihan yang meningkatkan kondisi fisik tubuh pemain, karena kondisi fisik yang bagus akan menentukan tinggi rendahnya prestasi.

Indonesia mengenal permainan bola voli sejak tahun 1982 pada zaman penjajahan Belanda. Guru-guru pendidikan jasmani didatangkan dari Negeri Belanda untuk mengembangkan olahraga umumnya dan bola voli khususnya. Di samping guru-guru pendidikan jasmani, tentara Belanda banyak andilnya dalam pengembangan permainan bola voli di Indonesia, terutama dengan bermain di asrama-asrama, dilapangan terbuka dan mengadakan pertandingan antar kompeni-kompeni Belanda sendiri. Permainan bola voli di Indonesia sangat pesat di seluruh lapisan masyarakat, sehingga timbul klub-klub di kota besar di seluruh Indonesia. Dengan dasar itulah maka pada tanggal 22 januari 1955 PBVSI (persatuan bola voli seluruh indonesia) didirikan di Jakarta bersamaan dengan kejuaraan nasional yang pertama.

PBVSI sejak itu aktif mengembangkan kegiatan-kegiatan baik ke dalam maupun ke luar negeri sampai sekarang. Perkembangan permainan bola voli sangat menonjol saat menjelang Asian Games IV 1962 dan Ganefo I 1963 di Jakarta, baik untuk pria maupun untukwanitanya. Pertandingan bola voli masuk acara resmi dalam PON II 1951 di Jakarta dan PON I di Yogyakarta tahun 1951. Setelah tahun 1962 perkembangan bola voli seperti jamur tumbuh di musim hujan banyaknya klub-klub bola voli di seluruh pelosok tanah air. Hal ini terbukti pula dengan data-data peserta pertandingan dalam

kejuaraan nasional. PON dan pesta-pesta olahraga lain, di mana angka menunjukkan peningkatan jumlahnya. Boleh dikatakan sampai saat ini permainan bola voli di Indonesia menduduki tempat ketiga setelah sepak bola dan bulu tangkis. Untuk pertama kalinya dalam sejarah perbolavolian Indonesia, PBVSI telah dapat mengirimkan tim bola voli junior Indonesia ke kejuaraan Dunia di Athena Yunani yang berlangsung dari tanggal 3-12 september 1989.

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan ini adalah melewatkan bola melalui atas net agar dapat jatuh ke lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan maksimal tiga kali pantulan tangan untuk mengembalikan bola (diluar perkenaan blok). Permainan ini dimulai setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan dan permainan berakhir setelah bola menyentuh lantai, bola 8 "keluar" atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna (PBVSI, 2005:1).

Dalam peningkatan kondisi fisik perlu dilatih dengan beberapa unsur fisik yang meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelincahan. Untuk meningkatkan kemampuan pukulan smash maka harus melatih otot lengan agar memiliki power yang kuat. Selain itu untuk menjadi pemain bola voli harus memiliki mental yang kuat untuk mendukung koordinasi permainan.

Dalam hal ini peneliti mempunyai gagasan untuk mengetahui seberapa pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* yang dilakukan oleh siswa SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

B. Batasan Masalah

Guna mencegah penafsiran pada permasalahan yang akan dikaji. Dalam penelitian ini peneliti hanya memfokuskan pada pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

Jadi pada dasarnya penelitian ini hanya membahas tentang pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan smash bola voli dengan demikian arah eksperimen ini akan lebih fokus ke arah teknik permainan. Masalah yang ada di SMA Ulul Alb@b Sidoarjo adalah kurangnya pengetahuan olahraga bola voli sehingga siswa-siswi tidak mudah untuk melakukan *smash* dengan baik dan benar.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : “Seberapa besar pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo ?”.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Seberapa besar pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

2. Tujuan Khusus

Agar dapat mengetahui pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA Ulul Alb@b Sidoarjo.

E. Manfaat Penelitian

Adapaun manfaat dari adanya penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti
 - a. sebagai syarat kelulusan sarjana strata satu (S1)
 - b. Sebagai penelitian yang objektif
2. Bagi Pembaca
 - a. Sebagai informasi tentang bola voli
 - b. Sebagai informasi tentang pengaruh kekuatan otot lengan terhadap pukulan *smash* bola voli