

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan kemajuan ilmu serta teknologi kegiatan olahraga di Indonesia khususnya cabang olahraga bola voli mengalami perkembangan yang pesat. Semua ini tidak lepas dari perhatian pemerintah di bidang olahraga, hal ini terbukti dengan keikutsertaan Indonesia dalam bidang olahraga. Bidang olahraga mendapat perhatian serius terutama sekali dalam upaya penyelenggaraan dan pembinaan atlet agar dapat berprestasi. Hal ini dapat terwujud karena adanya kerjasama yang baik antara lembaga-lembaga pemerintah, masyarakat, dan instansi terbaik.

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tiap tim terdiri dari 6 orang pemain di lapangan, dibatasi dengan net, tiap tim memiliki tiga kali sentuhan untuk mengembalikan bola yang sama pada tim lawan, pertandingan dapat dimainkan selama lima set yang berarti pertandingan dapat berlangsung sekitar 90 menit, dimana seorang pemain dapat melakukan 250-300 aksi yang didominasi oleh kekuatan otot kaki yang eksplosif (Aep Rohendi, 2018:140).

Bola voli adalah olahraga intermiten untuk bersaing dalam serangan cepat dan diikuti oleh intensitas rendah dan intensitas tinggi yang terjadi berulang kali selama pertandingan berlangsung sehingga pemain memerlukan kecepatan dan kelincihan baik tubuh bagian atas maupun bagian bawah secara maksimal. Bola voli adalah olahraga yang unik karena olahraga ini merupakan permainan kesalahan yang memiliki tujuan mendapatkan bola untuk dipukulkan ke daerah lapangan lawan atau memaksa lawan untuk membuat kesalahan dalam menangani bola.

Pembinaan yang dilakukan dalam latihan, terkadang kurang seimbang antara keterampilan teknik dasar bermain ataupun latihan kondisi fisik. Diumpamakan jika kedua hal tersebut dibandingkan, perbandingan latihan yang tidak seimbang akan berpengaruh pada saat tampil dalam pertandingan maupun dalam hasil akhir program, sehingga harapan untuk meraih kemenangan kemungkinan kecil. Untuk itulah dalam upaya peningkatan prestasi olahraga perlu

dusahakan pembinaan yang terarah dan berkelanjutan lewat pemanduan bakat, pembibitan, dan pendidikan serta pelatihan olahraga yang didasarkan pada ilmu pengetahuan secara efektif dan efisien sebagai sarana mencapai prestasi normal.

Teknik dasar bermain bola voli yang ini di fokuskan oleh peneliti untuk di kaji adalah teknik dasar *service* atas bola voli. Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah *service*, sebab dalam teknik *service* yang baik dalam suatu regu dapat dengan mudah memperoleh poin. “*Service* adalah pukulan pertama untuk mengawali permainan” (Subroto, dkk, 2008:2.26).

Siswa putra SMA ITP Surabaya memiliki kemampuan *service* atas yang masih kurang sempurna, ketika siswa melakukan *service* tidak tepat bahkan tidak sampai melewati net. Sehingga kemungkinan kecil akan susah mendapatkan poin dalam permainan berlangsung. Untuk itu seorang pelatih atau guru perlu memiliki metode atau bentuk latihan, mana yang akan digunakan atau di terapkan dalam *service* yang baik. Ada beberapa macam metode latihan untuk meningkatkan kemampuan *service* atas pada siswa SMA ITP Surabaya salah satunya adalah latihan kelentukan tubuh dan kekuatan otot lengan dengan berbagai macam tes yang nantinya akan di berikan.

Melalui pelatihan dengan menggunakan metode yang sudah ditentukan, diharapkan terdapat pengaruh pelatihan yang dapat meningkatkan kemampuan *service* atas siswa putra SMA ITP Surabaya. Melihat latar belakang tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk mengadakan penelitian dengan memilih judul “Pengaruh Kelentukan Tubuh Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan *Service* Atas Dalam Permainan Bola Voli Putra SMA ITP Surabaya”.

B. Batasan Masalah

Agar fokus penelitian menjadi jelas dan terarah, maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini tentang Pengaruh Kelentukan Tubuh Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan *Service* Atas Dalam Permainan Bola Voli Putra SMA ITP Surabaya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang sudah dipaparkan sebelumnya, maka peneliti mengemukakan masalah sebagai berikut : “Adakah Pengaruh Kelentukan Tubuh Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan *Service* Atas Dalam Permainan Bola Voli Putra SMA ITP Surabaya?”.

D. Tujuan Penulisan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Kelentukan Tubuh Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan *Service* Atas Dalam Permainan Bola Voli Putra SMA ITP Surabaya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Dapat menjadikan bahan kajian untuk menambah dan memperluas ilmu pengetahuan tentang Pengaruh Kelentukan Tubuh Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan *Service* Atas Dalam Permainan Bola Voli Putra SMA ITP Surabaya.
 - b. Memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teori kepelatihan cabang olahraga bola voli khususnya pada pihak yang terkait dalam latihan untuk mengembangkan kemampuan biomotorik.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi siswa
 - 1) Untuk menambah pengetahuan, dan meningkatkan keterampilan dalam menentukan cara melakukan *service* atas yang baik.
 - 2) Siswa dapat mengetahui factor yang mempengaruhi prestasi dalam permainan bola voli.
 - b. Bagi sekolah

Dengan adanya penelitian ini, sekolah dapat memanfaatkan dan meningkatkan hasil penelitian ini sebagai salah satu upaya dalam mewujudkan kualitas pendidikan, dan membuat jalannya proses belajar mengajar menyenangkan dan siswa aktif bergerak.

c. Bagi peneliti

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan diri dalam mempersiapkan profesi keguruan yang akan bermanfaat kedepannya saat mengajar, selain itu hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan bagi peneliti lain untuk mengadakan penelitian sejenis.
- 2) Dapat menjadi pedoman dalam melatih siswa
- 3) Menjadi pendorong untuk menjadi manusia yang berkualitas

Menambah pola pikir yang inovatif dan kreatif berupa ide dan gagasan yang melahirkan inspirasi