

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang masalah

Di dalam pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang diterapkan dan dikembangkan di Indonesia saat ini, melalui kebijaksanaan pemerintah di bidang olahraga guna meningkatkan pembinaan olahraga dimasa yang akan datang.

Dunia olahraga di masyarakat khususnya para atlet dituntut lebih banyak usahanya untuk selalu meningkatkan kemampuan, keterampilan dan ilmu pengetahuan yang dimilikinya agar dapat menyesuaikan diri dengan ilmu pengetahuan dan teknologi yang dibutuhkan dalam dunia olahraga baik saat ini maupun yang akan datang.

Dunia pendidikan yang serba modern serta canggih ini, senantiasa dihadapkan pada permasalahan yang menuntut untuk memecahkannya sesuai dengan bidang tugas dan keahlian masing-masing.

Tidak sedikit permasalahan yang kita jumpai, salah satunya diantaranya yang mendapat perhatian besar adalah cabang olahraga bola voli yang akhir-akhir ini sangat populer baik di kota maupun di desa.

Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yaitu, dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaat bagi rohani yaitu, kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tubuh ke arah yang sesuai tuntutan masyarakat.

Maksud dan tujuan diajarkannya macam-macam teknik dasar bola voli yaitu, agar siswa memahami dan menguasainya sehingga akan memiliki keterampilan bermain bola voli dengan baik.

Bola voli adalah olahraga yang digemari oleh semua kalangan masyarakat tidak terkecuali anak-anak wanita maupun pria. Dengan bermain olahraga bola voli dapat mengembangkan unsur-unsur kepribadian, daya pikir, disiplin, kerja sama tim dan tanggung jawab apa yang diperbuatnya.

Menurut Muhyi (2008:1), Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim berjumlah 6 orang pemain. Setiap pemain memiliki keterampilan khusus yakni sebagai pemukul, pengumpan dan libero.

Permainan bola voli dimainkan menggunakan satu bola yang dipantulkan dari satu pemain ke pemain lain dengan cara pasing yang diakhiri dengan smes pada tim lawan, dan untuk kedua tim dipisahkan oleh net dengan ketinggian tertentu

Menurut Graurav dkk (2010:3), Permainan yang menggunakan bola termasuk bola voli membutuhkan kemampuan yang bersifat komprehensif termasuk fisik, teknik, mental, dan strategi. Dalam permainan bola voli, fisik yang kuat tidak terlepas dari peran komponen biomotorik yakni unsur kecepatan, kekuatan, kelincahan, waktu reaksi, keseimbangan dan kelincahan.

Namun pemain bola voli mempunyai fisik kuat saja tidak cukup, harus didukung dengan teknik bermain yang benar dan tepat seperti teknik memukul bola, teknik menghadang pukulan, teknik pasing dan teknik servis serta teknik penempatan bola yang akurat.

Kemampuan penempatan servis atas dalam cabang bola voli adalah kebutuhan mutlak yang harus dimiliki oleh setiap pemain bola voli, karena penempatan servis atas sangat dibutuhkan setiap pemain untuk mendapatkan point maupun kemenangan. Semakin bagus penempatan bola biasanya memiliki pukulan yang sangat mematikan, jadi penempatan servis atas bola voli sangat penting dimiliki dan ditingkatkan oleh pemain bola voli.

Setiap cabang olahraga menuntut adanya karakter tertentu untuk mendapatkan prestasi yang lebih tinggi sesuai dengan apa yang diharapkan. Dengan mengetahui adanya tuntutan karakteristik yang berbeda dari setiap cabang olahraga, maka para pendidik atau guru olahraga dapat mengidentifikasi siswa asuhannya sesuai dengan ciri dan fisik yang dimilikinya.

Begitu pula halnya pembinaan pada cabang olahraga bola voli, untuk mencapai prestasi sesuai dengan yang diharapkan, penguasaan teknik-teknik dasar juga sangat diperlukan.

Salah satu bentuk teknik permainan bola voli yang penulis maksud adalah servis, khususnya servis atas. Kalau dilihat dari bentuk pelaksanaannya kekuatan otot sangatlah mendukung yakni kekuatan otot lengan. Dengan memiliki kekuatan otot lengan tersebut seseorang dapat melakukan servis lebih keras dan terarah.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMA ITP Surabaya dan juga peneliti mendapatkan informasi dari guru penjasnya langsung pada peserta ekstrakurikuler bola voli belum mampu melakukan servis atas dengan benar.

Pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA ITP Surabaya pada umumnya belum menguasai teknik servis atas secara benar dan baik, merasa belum siap bahkan belum memiliki kekuatan otot lengan yang memadai, sehingga mengalami kesulitan untuk melakukan servis atas.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti secara langsung dilapangan bahwa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA ITP Surabaya dalam melakukan servis atas masih belum baik dan masih banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan pada saat melakukan servis atas bola voli seperti melenceng dari sasaran dan kadang tidak sampai atau bola tidak menyebang ke lapangan sebelah.

Hal tersebut dikarenakan metode latihan yang kurang efektif merupakan faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya kemampuan servis atas bola voli.

Selain itu, jarang sekali guru penjas memberikan variasi latihan kekuatan otot lengan untuk memiliki ketepatan servis atas yang baik.

Tidak hanya itu, guru penjas juga jarang yang merangkap sekaligus pelatih pendidikan jasmani dan kesehatan menciptakan variasi-variasi latihan yang disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan siswanya.

Hal tersebut sangat penting untuk dipertimbangkan dalam melatih keterampilan terutama untuk anak pemula. Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik atas apa yang dialami oleh pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA ITP Surabaya untuk memperbaiki kesalahan-kesalahan yang terjadi selama ini.

Peneliti mempunyai ide untuk memberikan program latihan untuk bisa melakukan penempatan servis atas bola voli dengan baik. Dengan memberikan program latihan kekuatan otot lengan peneliti mengarah ke hal positif bahwa pasti ada perubahan dalam melakukan servis atas bola voli setelah diberikan program latihan tersebut.

Untuk memperoleh penempatan servis atas bola voli yang bagus dan akurat, maka perlu dilatih kekuatan otot lengan (untuk melakukan pukulan penempatan servis atas bola voli).

Berdasarkan latar belakang ini peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA ITP Surabaya.

## B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan perlu diberikan batasan agar tidak lepas dari inti masalah yang sebenarnya dan juga keterbatasan peneliti untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda sehingga ruang lingkup dari peneliti itu lebih jelas.

Adapun batasan masalah yang dimaksud adalah “pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli SMA ITP Surabaya”.

#### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dijelaskan, maka masalah yang diangkat adalah “ Adakah pengaruh latihan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA ITP Surabaya?

#### D. Tujuan Penelitian

Dalam rumusan masalah yang telah disampaikan diatas maka diperoleh suatu tujuan dari penelitian. Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli SMA ITP Surabaya.

#### E. Manfaat Penelitian

Setelah mengetahui pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan servis atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMA ITP Surabaya, penelitian ini diharapkan mempunyai :

##### 1. Manfaat teoritis

Memberikan ilmu pengetahuan khususnya disiplin ilmu keolahragaan yang berkaitan dengan masalah prestasi berdasarkan bola voli serta dapat dijadikan sumber informasi bagi penelitian lain dengan tema sejenis terutama di lingkungan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

##### 2. Manfaat praktis

###### a. Bagi Sekolah

Penambah pengetahuan khususnya di bidang olahraga bola voli.

- b. Bagi Guru Olahraga  
Sebagai dasar dalam meningkatkan prestasi siswa
- c. Bagi Peneliti
  - 1) Memberikan pengalaman yang sangat bermanfaat sekali untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah.
  - 2) Menambah wawasan dan kemampuan berpikir mengenai penerapan teori yang telah didapat dari mata kuliah yang telah diterima kedalam penelitian yang sebenarnya

