

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga telah menjadi kebutuhan setiap individu, karena melakukan kegiatan olahraga yang baik dan benar serta berkesinambungan dapat meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Hal ini dapat kita lihat dari antusias masyarakat disetiap kegiatan-kegiatan olahraga. Melalui olahraga diharapkan mampu menciptakan manusia Indonesia yang produktif, jujur, sportif, memiliki semangat dan daya juang serta daya saing yang tinggi. Olahraga muncul karena adanya dorongan dari diri manusia untuk melakukan aktifitas fisik, ketangkasan, mengembangkan keterampilan dan kemampuan fungsional tubuh, salah satunya adalah cabang olahraga bola voli. Permainan bola voli merupakan permainan beregu dengan tujuan melewatkan bola secara teratur melalui atas net dan mencegah bola menyentuh lantai atau lapangan permainan sendiri.

Salah satu masalah utama dalam olahraga di Indonesia hingga dewasa ini adalah belum efektifnya metode latihan ekstrakurikuler di sekolah, kondisi kurangnya metode latihan teknik dasar di ekstrakurikuler sekolah disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah pelatih terlalu fokus kepada latihan variasi sementara kemampuan dasar siswa masih kurang dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung metode latihan. Benar bahwa mengingat kebanyakan pelatih yang ada di ekstrakurikuler sekolah kebanyakan terlalu mengutamakan permainan melalui latihan fisik sementara kemampuan dasar siswa

tidak terlalu diperhatikan seperti latihan *passing* bawah, kebanyakan pelatih cenderung mengutamakan latihan serangan seperti *smash* padahal kebanyakan siswa baru mengenal bola voli setelah mereka masuk jenjang SMA, karna itu seharusnya pelatih lebih banyak fokus ke *passing* bawahnya agar siswa tidak melakukan kesalahan dasar seperti *passing* bawah tidak terarah. Sarana dan prasarana juga ikut menentukan kualitas latihan siswa di ekstrakurikuler agar pelatih dapat membuat berbagai model latihan.

Hal ini akan bisa saja berdampak buruk bagi siswa jika model latihan yang diberikan pelatih untuk *passing* bawah sedikit karena kurangnya metode latihan yang diberikan oleh pelatih dan secara tidak langsung akan mempengaruhi kinerja pelatih tersebut serta tujuan olahraga tidak akan tercapai.

Tahapan latihan *passing* bawah yaitu suatu pendekatan latihan yang dapat membantu siswa mempelajari keterampilan dalam mempelajari teknik dasar. Model latihan dengan Tahapan latihan *passing* bawah tersebut dirancang secara khusus untuk mengembangkan latihan siswa tentang pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik dan dapat dipelajari selangkah demi selangkah.

Tahapan latihan *passing* bawah dapat dilakukan dengan penekanan pada berbagai aspek seperti, bentuk latihan, ukuran lapangan, dan bentuk jumlah pemain. Tahapan latihan *passing* bawah bertujuan untuk meningkatkan hasil latihan, minat atau partisipasi siswa dalam mengikuti latihan, menciptakan suasana latihan yang menyenangkan dan tidak membosankan lagi bagi siswa.

SMA Negeri 1 Pematang Siantar Jalan Parsoburan No 24 dengan pimpinan kepala sekolah Bapak Bona Sihombing M.Pd merupakan salah satu sekolah yang mengadakan beberapa kegiatan ekstrakurikuler, salah satunya adalah cabang

olahraga bola voli. Latihan kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini dilakukan dengan frekuensi latihan 3 kali dalam satu minggu, yaitu Senin, Rabu dan Jumat dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain bola voli dan sebagai persiapan apabila ada kejuaraan bola voli antar pelajar tingkat SMA.

SMA Negeri 1 Pematang Siantar juga mempunyai sarana dan prasarana bola voli yang cukup memadai dan dapat menunjang siswa untuk dapat berlatih dengan baik. Fasilitas yang dimiliki terdiri dari bola voli 12 buah, net 2 dan lapangan bola voli 2. Jumlah siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Pematang Siantar adalah 14 orang.

SMA Negeri 1 Pematang Siantar juga pernah mengikuti berbagai pertandingan olahraga antar pelajar SMA Sekota Pematang Siantar seperti pertandingan bola voli, sepakbola, atletik, bulutangkis dan pernah juga menjuarai turnamen tersebut seperti: juara 3 dalam Turnamen bola voli *Brimob Cup* antar Pelajar SMA di kota Pematang Siantar pada tahun 2014. Dan saat ini pelatih di ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri Pematang Siantar sedang fokus meningkatkan intensitas latihan untuk persiapan mengikuti Turnamen.

Berdasarkan hasil Observasi, pengamatan penulis dan hasil wawancara langsung kepada pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Pematang Siantar pada tanggal 4 September 2015 Pukul 16 : 00 wib, secara umum para siswa putra dalam melakukan *passing* bawah masih dibawah rata-rata dan tidak sesuai dengan teknik *passing* bawah yang benar. Dalam sebuah observasi di lapangan, dapat diketahui bahwa siswa putra ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015 memiliki kemampuan yang masuk kategori kurang. Masih tampak beberapa siswa yang kurang memperhatikan intruksi yang

diberikan pelatih seperti tertawa-tawa saat latihan, mengobrol di luar latihan olahraga itu, dan malas-malasan dalam melakukan intruksi yang diberikan pelatih. Sebagian siswa mengeluh dan merasa tidak mampu mengerjakan latihan yang diberikan. Dari gerakan *passing* bawah yang dilakukan siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar ternyata menghadapi kesulitan dalam melakukan *passing* bawah, seperti kedua lutut tidak di tekuk posisi badan masih tegak, posisi tangan tidak lurus serta lemahnya pegangan kedua tangan yang mengakibatkan tidak terarahnya bola pada saat mengoper kepada pengumpan atau *setter*. Hal tersebut dapat dilihat pada tes pendahuluan (lampiran), dimana hasil teknik *passing* bawah siswa putra SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015 masih jauh dari kategori yang diharapkan, yaitu kategori baik.

Pada test pendahuluan *passing* bawah pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015, Peneliti melihat sikap posisi badan dan cara siswa melakukan *passing* bawah sangat kurang yaitu masih ada beberapa siswa saat melakukan *passing* bawah kakinya tidak ditekuk ada juga siswa saat melakukan *passing* bawah tangannya tidak lurus sehingga hasil *passing* bawahnya kurang baik. Dari permasalahan yang dihadapi oleh pelatih siswa putra ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Pematang Siantar penulis tertarik melakukan penelitian dengan mencoba memberikan latihan melalui Tahapan latihan *passing* bawah, maka untuk itu penulis berkeinginan melakukan penelitian dengan judul “ Upaya Meningkatkan Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Tahapan Latihan *Passing* Bawah Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015”.

Adapun harapan peneliti yaitu setelah dilakukan atau dilaksanakan perencanaan kegiatan siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar akan menguasai teknik dasar dalam melakukan *passing* bawah dan hasilnya menjadi baik dan penelitian diharapkan berjalan dengan lancar. Adapun solusi pemecahan masalah yang diberikan oleh peneliti adalah melakukan bentuk Tahapan latihan *passing* bawah dengan sesuai program latihan yang telah dibuat atau yang telah dirancang oleh peneliti.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Faktor-Faktor apa saja yang dapat mempengaruhi siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar kesulitan pada saat melakukan teknik *passing* bawah bola voli ?
2. Seberapa besarkah pengaruh Tahapan latihan *passing* bawah terhadap peningkatan *passing* bawah bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015?
3. Apakah metode Tahapan latihan *passing* bawah mempengaruhi dalam meningkatkan hasil *passing* bawah pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015 ?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari kesalah pahaman dan penafsiran serta mempertegas sasaran yang akan diteliti, maka peneliti memberikan pembatasan untuk mengarahkan bahasan kefokus masalah yang menjadi sasaran dari penelitian.

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “Upaya meningkatkan Hasil *Passing* Bawah Bola voli Melalui Tahapan Latihan *Passing* Bawah Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015”.

D. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah Tahapan latihan *passing* bawah dapat meningkatkan hasil *passing* bawah bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015.

E. Tujuan Penelitian

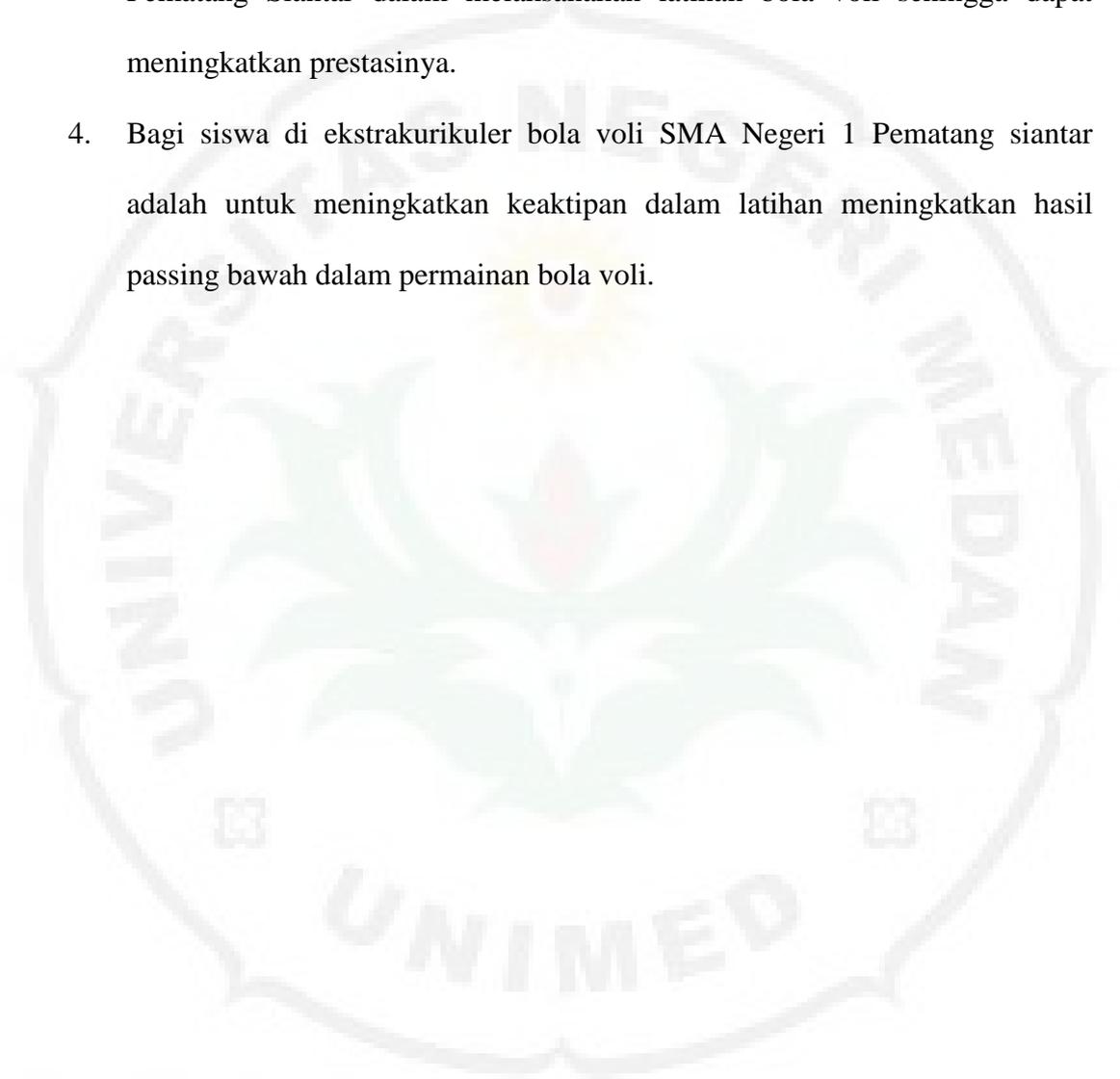
Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan penjelasan dalam permasalahan yang dikemukakan di atas yaitu: “ apakah melalui Tahapan latihan *passing* bawah dapat meningkatkan hasil *passing* bawah bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015.

F. Manfaat Penelitian

Setelah peneliti mengetahui dan menemukan informasi tentang hasil kontribusi tersebut, maka sangat diharapkan agar dapat bermanfaat untuk:

1. Sebagai masukan bagi pelatih siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli.
2. Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan olahraga bola voli khususnya dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli.

3. Sebagai bahan masukan bagi siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar dalam melaksanakan latihan bola voli sehingga dapat meningkatkan prestasinya.
4. Bagi siswa di ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Pematang siantar adalah untuk meningkatkan keaktifan dalam latihan meningkatkan hasil passing bawah dalam permainan bola voli.



THE
Character Building
UNIVERSITY