

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan gaya hidup sehat yang harus ditanamkan sejak dini, olahraga berperan penting dalam membangun kesehatan manusia. Karena dengan berolahraga sejak dini, maka tubuh kita menjadi sehat dan tidak gampang terkena penyakit, karena semakin tua maka daya tahan tubuh akan semakin menurun. Manfaat olahraga juga dapat meningkatkan kadar oksigen dalam tubuh, mengurangi stress, mengurangi lajunya proses penuaan, meningkatkan daya tahan tubuh.

Selama ini olahraga dan pendidikan sudah berdampingan cukup lama. Dalam dunia pendidikan, olahraga menjadi sebuah mata pelajaran. Sebaliknya, dalam dunia olahraga dibutuhkan pendidikan yang tentu saja berhubungan dengan keolahragaan. Jelaslah bahwa dari dahulu olahraga tidak lepas dari pendidikan di Indonesia. Olahraga disekolah atau yang lebih dikenal dengan olahraga pendidikan seperti dijelaskan undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional Sembiring (2010:42) Bab I pasal 1 yang berbunyi butir ke 11 yang berbunyi : olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, ketrampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Olahraga permainan yang dilakukan dalam proses pendidikan salah satunya adalah olahraga bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga yang

sudah tidak asing lagi di masyarakat dan banyak penggemarnya baik di kalangan bawah sampai atas. Dalam permainan bolavoli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bolavoli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam permainan disamping kondisi fisik dan mental.

Guna mewujudkan tujuan pendidikan jasmani tersebut, salah satu upaya yang hendaknya dilakukan adalah dengan mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga. Salah satunya melalui cabang permainan bolavoli. Untuk mengembangkan permainan bolavoli menuju prestasi yang optimal diperlukan usaha-usaha pembinaan dan pelatihan keterampilan dasar bermain bolavoli. Teknik dasar dalam permainan bolavoli yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah servis, passing, umpan (*set up*), *smash* (*spike*), bendungan (blok). Penguasaan teknik dasar bolavoli merupakan faktor yang utama yang harus diajarkan kepada siswa agar mampu bermain bolavoli dengan baik.

Salah satu teknik dasar permainan bolavoli yaitu passing atas. Passing atas atau sering disebut dengan set up biasanya digunakan untuk memberikan umpan kepada spiker untuk melakukan serangan, namun dapat juga digunakan untuk menyeberangkan bola ke daerah lawan. Dari segi definisinya passing atas adalah cara mengoper dan menerima bola yang dilakukan dengan dua tangan di atas kepala. Tidak semua pemain bolavoli memiliki kemampuan dalam melakukan passing atas yang baik dan akurat. Dalam sebuah tim bolavoli biasanya terdapat 1 orang yang khusus bertindak sebagai toser yang berguna memberikan umpan

kepada pemain lain untuk melakukan smash. Keberadaan tosser yang vital karena juga bertindak sebagai pengatur serangan dalam sebuah tim bolavoli.

Kemampuan *passing* atas selain didukung oleh kemampuan teknik juga harus didukung oleh komponen fisik. Salah satunya adalah kelenturan pergelangan tangan. hal ini dikarenakan apabila pergelangan tangan tidak lentur dan kuat maka tidak mampu mengarahkan bola ke teman yang jauh saat melakukan variasi umpan dalam penyerangan.

Agar dapat melakukan umpan dengan sempurna dengan menggunakan *passing* atas terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi. Salah satu faktor tersebut adalah kelenturan pergelangan tangan. Kelenturan pergelangan tangan adalah kemampuan sendi pergelangan tangan untuk bergerak seluas luasnya tanpa mengalami cedera. Kegunaan kelenturan pergelangan tangan ini adalah saat posisi tosser tidak sejajar dengan arah *passing* karena didukung oleh kelenturan pergelangan tangan yang baik tetap dapat mengarahkan bola pada arah yang diinginkannya.

Untuk melihat permasalahan di lapangan maka peneliti melakukan observasi pada ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 7 Pekanbaru. Hal ini dilakukan untuk melihat permasalahan tentang penguasaan teknik *passing* atas pada siswa. Penemuan yang peneliti dapatkan dari hasil obeservasi yaitu : saat melakuan *passing* atas, perkenaan bola pada tangan tidak sempurna atau *double* sehingga tidak sah hal ini mungkin diakibatkan oleh masih kurang baiknya teknik dasar *passing* atas yang belum terlatih. Rangkaian gerakan *passing* atas belum dapat dilakukan dengan mulus dan baik hal ini mungkin diakibatkan masih kurang

terlatihnya koordinasi gerak saat melakukan *passing* atas. Bola beberapa kali tidak dapat dioperkan dengan sempurna hal ini mungkin diakibatkan oleh masih kurang baiknya kelenturan pergelangan tangan saat melakukan *passing* atas. Sarana dan prasarana praktek bolavoli pun belum memadai seperti jumlah bola yang terbatas dan lapangan yang belum permanen.

Dengan alasan tersebut yang menjadi motivasi dan mendorong peneliti untuk melakukan penelitian tentang kontribusi kelenturan pergelangan tangan terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru.

B. Identifikasi Masalah

1. Apakah terdapat kontribusi penguasaan teknik bolavoli terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli pada ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi gerak terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli pada ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru?
3. Apakah terdapat kontribusi sarana dan prasarana terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli pada ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru?
4. Apakah terdapat kontribusi kelenturan pergelangan tangan terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang ada dalam penelitian ini, peneliti merasa perlu untuk membatasi permasalahan agar lebih spesifik. Peneliti

membatasi permasalahan dalam penelitian pada kontribusi kelenturan pergelangan tangan terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru.

D. Perumusan Masalah

Agar memudahkan penelitian ini maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut : apakah terdapat kontribusi kelenturan pergelangan tangan terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kontribusi kelenturan pergelangan tangan terhadap kemampuan *passing* atas permainan bolavoli siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 7 Pekanbaru?

F. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak antara lain sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti : sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di FKIP UIR.
2. Bagi Siswa : diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar permainan bolavoli karena mereka tahu kelemahan mereka akan penguasaan teknik dasar permainan bolavoli.
3. Bagi Guru: diharapkan penelitian ini dapat membantu guru dalam menyemangati siswanya untuk lebih giat berlatih bolavoli.
4. Bagi sekolah : dapat berguna sebagai tambahan latihan guna lebih meningkatkan prestasi di bidang olahraga khususnya bolavoli

5. Bagi fakultas : dapat menambah bahan literatur dan referensi di perpustakaan fakultas keguruan dan ilmu pendidikan di Universitas Islam Riau.