

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Bolavoli merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu secara berhadap-hadapan, dimana masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain. Olahraga bolavoli dinaungi oleh PBVSI (Persatuan bolavoli seluruh Indonesia), (Suharno,2011:72)

Perkembangan jasmani dari bermain bolavoli yaitu untuk pembentukan sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan serta kemampuan jasmani yang mencakup kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya. Perkembangan rohani dilihat dari segi kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah positif sesuai tuntutan masyarakat Indonesia. Banyak manfaat yang diperoleh melalui kegiatan bermain bolavoli. Oleh karena itu pembelajaran bermain bolavoli bagi peserta didik sekolah sangat penting agar kemampuan jasmani dan rohani peserta didik berkembang dengan baik. Dengan berkembangnya kemampuan jasmani dan rohani akan mendukung pencapaian tujuan belajar, Margono (2016 ; 6).

Teknik dasar permainan bolavoli terdiri dari : 1) servis, passing, smash, umpan dan blocking. 1) Servis terdiri dari servis bawah, servis atas. Pelaksanaan servis bawah dapat dilakukan di depan badan dan dari samping badan. Menurut Suharno (1992) apabila dilihat dari segi pelaksanaan memukul bola servis dibagi menjadi 2 macam yaitu: (a) servis tangan bawah, (b) servis tangan atas, servis tangan atas ada tiga yaitu: tennis servis, floating dan cekis. Pemain bolavoli

harus menguasai teknik dasar servis dengan baik sehingga dalam melakukan servis tingkat keberhasilannya tinggi. Berdasarkan gerakan atau putaran bola hasil servis dapat dikelompokkan menjadi lima yaitu: (1) top spin, arah putaran bola ke depan, (2) back spin, arah putaran bola ke belakang, (3) in side spin, arah putaran bola ke arah samping dalam, (4) out side spin, arah putaran bola ke arah samping luar, dan (5) float, bola mengapung (tanpa putaran) (M.E. Winarno dkk 2013: 75).

2) Passing meliputi passing tangan atas dan passing tangan bawah. Passing adalah memainkan bola kepada teman satu regu dengan teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun serangan kepada regu lawan. Terdapat dua macam passing: yaitu passing atas dan passing bawah. Passing bawah adalah upaya seorang pemain bolavoli memainkan bola kepada teman satu regu menggunakan teknik tertentu, dengan perkenaan pada kedua lengan. Sedangkan passing atas adalah upaya seorang pemain bolavoli memainkan bola kepada teman satu regu menggunakan teknik tertentu, dengan perkenaan pada jari-jari tangan (M.E. Winarno dkk 2013: 114).

3) Smash adalah cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan untuk mencapai pukulan keras yang bertujuan mematikan permainan lawan sehingga dapat menghasilkan point. Jenis smash antara lain: (1) quick smash, (2) open smash, dan (3) semi smash. Teknik quick smash digunakan untuk mengembangkan permainan cepat dalam melakukan variasi-variasi serangan ke daerah lawan. Open Smash dilakukan dengan melambungkan bola cukup tinggi yaitu lebih dari 3 meter diujung net garis samping dengan bola dalam keadaan tenang. Usahakan bola selama menempuh lintasannya berjarak

20-30 cm dari net. Dan semi smash merupakan teknik melakukan smash dengan ketinggian bola  $\pm$  1-2 meter di atas net. Teknik ini dilakukan seperti pada saat melakukan spike normal, perbedaannya terletak pada perkenaan bola dan ketinggian bola. Teknik ini dilakukan dengan pemain yang akan melakukan spiker lebih dahulu bergerak sebelum bola sampai pada set-uper. Pelaksanaan kegiatan smash meliputi kegiatan: (1) sikap persiapan, (2) sikap menolak (tumpuan), (3) sikap perkenaan bola, dan (4) sikap pendaratan (M.E. Winarno dkk 2013: 159). 4) Block adalah upaya membendung serangan lawan (smash) di depan net.

Dalam permainan bolavoli dikenal block tunggal yang dilakukan oleh satu orang pemain dan block berkawan yang dilakukan oleh dua atau tiga orang pemain depan. Block merupakan pertahanan pertama dari serangan lawan. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan block antara lain: sikap persiapan, perkenaan dengan bola, dan sikap akhir. Dalam permainan bolavoli block dapat dilakukan dengan cara: block tunggal satu orang dan block berkawan, dua atau tiga orang melakukan block secara bersama-sama (M.E. Winarno dkk 2013: 183).

Penguasaan teknik dasar secara sempurna dapat dicapai dengan melakukan latihan-latihan rutin dan menggunakan metode latihan yang baik. Penguasaan teknik dasar sebagai salah satu penunjang keberhasilan bermain bolavoli sangat dipengaruhi oleh unsur lain yaitu unsur kondisi fisik. Komponen fisik yang diperlukan dalam bermain bolavoli adalah kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan, keseimbangan dan koordinasi (Margono 2018: 174).

SMA Negeri 1 Kuta walaupun mempunyai peserta didik yang banyak yaitu 1448 orang peserta didik, belum banyak yang tahu dan bisa bermain bolavoli. Walaupun sudah diajarkan, tetapi mereka sangat sulit untuk bisa dan mau mempraktikkan olahraga tersebut dan bahkan banyak juga yang masih takut badannya terkena bolavoli terutama peserta didik putri. Dari sekian banyak peserta didik di SMA Negeri 1 Kuta, ada beberapa yang mau belajar teknik dasarnya walaupun hasilnya belum begitu bagus, ada juga yang sudah bisa bermain bolavoli dan ada juga yang sudah biasa bermain voli di klub tempat tinggalnya. Bagi yang sudah bisa bermain dan yang mau belajar bermain bolavoli kita arahkan agar bergabung dalam ekstrakurikuler bolavoli di sekolah dan selanjutnya dibina oleh Pembina ekstrakurikuler yang ada.

Kenyataan di lapangan para pemain bolavoli SMA Negeri 1 Kuta, pada saat bertanding dengan sekolah setingkat SMA, sering mengalami kekalahan walaupun sudah dilakukan program pelatihan yang kontinyu dan berkesinambungan. Kemampuan pemain yang tidak merata, didominasi oleh satu atau dua orang pemain saja. Sedangkan pemain yang lainnya hanya sebagai pemain pelengkap yang tidak menunjukkan kualitas dan keterampilan bermain yang baik, padahal sebagian besar pemain memiliki postur tubuh yang tinggi dan jangkung terutama di tim bolavoli putrinya.

Harapan para guru olahraga dan pembina bolavoli agar lebih banyak peserta didik yang bisa bermain bolavoli dan bisa terbentuk tim bolavoli yang kuat dan hebat di sekolah khususnya di SMA Negeri 1 Kuta dan mampu memenangkan setiap pertandingan yang dihadapi.

Berdasarkan kenyataan dan harapan di atas maka sebagai guru olahraga perlu menelusuri faktor yang menghambat penguasaan dasar bermain bolavoli dari pemain-pemain baik putra maupun pemain putri di SMA Negeri 1 Kuta. Bermain bolavoli merupakan bagian dari mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang terdapat pada materi bermain bola besar, diajarkan mulai dari kelas X hingga kelas XII. Keterampilan bermain bolavoli yang diajarkan di SMA Negeri 1 Kuta meliputi: servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas, umpan, smash, dan block.

Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti mengadakan penelitian yang berjudul: “Korelasi Tinggi Badan, Panjang Lengan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bolavoli Peserta Didik Kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah antara lain sebagai berikut:

- 1.2.1 Usaha membangkitkan semangat dan ketertarikan peserta didik terhadap bermain bolavoli masih kurang, guru masih mendominasi kegiatan pembelajaran.
- 1.2.2 Penguasaan teknik keterampilan bermain bolavoli pada peserta didik yang masih rendah.
- 1.2.3 Belum maksimalnya peserta didik dalam mempelajari teknik bermain bolavoli.

1.2.4 Kurangnya variasi latihan yang dapat meningkatkan kemampuan keterampilan bermain bolavoli pada peserta didik di SMA Negeri 1 Kuta.

1.2.5 Prestasi dalam olahraga bola voli di SMA Negeri 1 Kuta masih tertinggal dari sekolah lain.

1.2.6 Belum diketahui besarnya hubungan antara tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas maka pembatasan masalah ini dibatasi pada:

1.3.1 Variabel *dependent* (Y) pada penelitian ini terbatas pada hasil belajar keterampilan bermain bolavoli pada peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021.

1.3.2 Variabel *independent* pada penelitian ini terbatas pada tinggi badan ( $X_1$ ), panjang lengan ( $X_2$ ) dan kekuatan otot lengan ( $X_3$ ) pada peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021 yang akan dicari hubungannya.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Suatu penelitian tentu mempunyai permasalahan yang perlu diteliti, dianalisis dan dicari jalan keluarnya. Berdasarkan kajian pada latar belakang dan

alasan pemilihan judul tersebut, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah:

1.4.1 Apakah terdapat hubungan antara tinggi badan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta tahun pelajaran 2020/2021?

1.4.2 Apakah terdapat hubungan antara panjang lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta tahun pelajaran 2020/2021?

1.4.3 Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta tahun pelajaran 2020/2021?

1.4.4 Apakah secara bersama-sama terdapat hubungan antara tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta tahun pelajaran 2020/2021?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1.5.1 hubungan antara tinggi badan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021.

1.5.2 hubungan antara panjang lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021.

1.5.3 hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021.

1.5.4 secara bersama-sama terdapat hubungan antara tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 1 Kuta Tahun Pelajaran 2020/2021.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini mengandung nilai-nilai yang praktis dan bermanfaat bagi:

### **1.6.1 Secara Teoritis**

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah khasanah referensi ilmu pengetahuan khususnya dunia pendidikan, sehingga dapat memperluas wawasan guru dan penerapannya di masyarakat, serta sebagai bahan referensi lebih lanjut dalam penelitian tentang hubungan anggota gerak badan bagian atas tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan dengan hasil belajar keterampilan bermain bolavoli.



### 1.6.2 Secara Praktis

Adapun manfaat praktis yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

- 1) Bagi peneliti, penelitian ini dapat memberikan pengalaman langsung kepada peneliti dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui hubungan tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan terhadap hasil belajar keterampilan bermain bolavoli.
- 2) Bagi Guru, memberikan informasi kepada guru atau calon guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tentang hubungan tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan terhadap hasil belajar keterampilan bermain bolavoli
- 3) Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan peserta didik dapat termotivasi dalam menggunakan kemampuan yang dimiliki terutama anggota gerak bagian atas: tinggi badan, panjang lengan dan kekuatan otot lengan untuk mencapai hasil belajar keterampilan bermain bolavoli
- 4) Bagi sekolah, hasil penelitian ini akan diberikan kepada pihak SMA Negeri 1 Kuta sebagai bahan referensi sekolah, dengan harapan dapat memberi' sumbangan untuk perbaikan hasil belajar keterampilan bermain bola un. meningkatkan kualitas pendidikan khususnya di SMA Negeri 1 Kuta.
- 5) Bagi Masyarakat, dapat digunakan sebagi pedoman khususnya masyarakat yang menyukai permainan bolavoli yang memiliki tinggi badan,panjang lengan dan kekuatan otot lengan yang baik untuk memotivasi diri agar mencoba bermain bolavoli sehingga memperoleh hasil yang maksimal.