

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan dan kemajuan yang dicapai masyarakat akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih, segala sesuatu yang semula banyak dikerjakan dengan menggunakan tenaga manusia sudah banyak diganti menggunakan mesin-mesin. Di satu sisi kemajuan ilmu pengetahuan, teknologi dan industrialisasi memberikan kesejahteraan dan kemudahan namun di sisi lain ada kerugian yang ditimbulkan, antara lain kebiasaan aktivitas fisik dalam memenuhi kebutuhan hidup menjadi berkurang. Pola hidup kurang bergerak ini tidak hanya menjangkit orang dewasa, juga di kalangan anak-anak, misalnya menimba air sudah digantikan dengan mesin pompa penyedot air, berangkat dan pulang sekolah walaupun jaraknya dekat yang semula berjalan kaki atau bersepeda sekarang diganti naik kendaraan bermotor.

Munculnya pola hidup baru tersebut mengakibatkan banyak dampak negatif, yaitu munculnya berbagai penyakit yang diakibatkan kurang bergerak misalnya obesitas. Untuk itu sebagai upaya menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kesehatan bagi masyarakat, maka pola hidup aktif harus digalakkan, diantaranya melalui pendidikan jasmani. Dewasa ini, tentang pentingnya pola pendidikan melalui aktivitas fisik yang merupakan bagian dari

pendidikan yang di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani sangatlah penting karena yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis.

Maksud pernyataan di atas bahwa pada abad ini model pendidikan dikembangkan melalui aktivitas jasmani/fisik dengan anggapan aktivitas gerak ini dapat digunakan sebagai alat untuk meneliti pengembangan tujuan pendidikan. Eksistensi pendidikan jasmani dalam lingkup pendidikan nasional tercermin pada definisi pendidikan jasmani. Definisi Pendidikan Jasmani menurut Rusli Lutan bahwa pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan media untuk meraih tujuan pendidikan sekaligus juga untuk meraih tujuan yang bersifat internal ke dalam aktivitas fisik itu sendiri. Dengan demikian, para guru pendidikan jasmani dituntut untuk mampu memanfaatkan aktivitas fisik termasuk olahraga untuk meraih tujuan pendidikan secara keseluruhan melalui penerapan berbagai pendekatan teori belajar.

Menyimak definisi pendidikan jasmani di atas, tujuan pendidikan jasmani bersifat majemuk, yaitu tidak hanya mengembangkan aspek jasmani melainkan mencakup perkembangan menyeluruh meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral.

Jika Pendidikan Jasmani diselenggarakan dalam situasi dan kondisi proses belajar mengajar yang dirancang secara baik, akan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan.

Pendidikan jasmani merupakan alat pendidikan, yang pelaksanaan proses belajar mengajarnya menggunakan aktivitas jasmani sebagai media, berisikan tidak hanya berupa latihan-latihan gerak badan yang bertujuan untuk membentuk badan dengan latihan-latihan berbeban saja, melainkan untuk keselarasan dan keseimbangan hidup antara jasmani dan rohani.

Permainan bolavoli merupakan salah satu diantara banyak cabang olahraga yang populer di masyarakat. Permainan bolavoli digemari oleh masyarakat dari berbagai tingkat usia, anak-anak, remaja dan dewasa baik pria maupun wanita. Hal ini terbukti bahwa bolavoli banyak dimainkan di sekolah-sekolah, di kantor-kantor maupun di kampung-kampung. Permainan bolavoli dapat digunakan sebagai sarana untuk mendidik, sebab dengan olahraga bolavoli dapat membentuk pribadi yang sportif, jujur, kerjasama, bertanggung jawab. Semua itu merupakan nilai-nilai pendidikan yang dapat ditanamkan. Oleh karena itu olahraga permainan bolavoli diberikan dalam lingkungan atau sebagai olahraga sekolah.

Permainan bolavoli diberikan sejak anak-anak SD, SLTP, SLTA sampai di tingkat Perguruan Tinggi. Olahraga dapat digunakan sebagai alat untuk

mencapai tujuan pendidikan, salah satunya ialah olahraga permainan bolavoli. Selain digemari dan menarik bagi anak didik, ternyata juga mengandung nilai-nilai yang secara langsung dapat membentuk kepribadian anak didik, memberi ketegasan dan kecekatan pada anak didik. Hal tersebut mendorong untuk selalu terus dikembangkan serta ditingkatkannya mutu permainan olahraga bolavoli di Indonesia, dan salah satu usaha untuk mengembangkannya adalah mengajarkan permainan olahraga bolavoli sedini mungkin. Karena kepada anak-anak akan lebih mudah dan cepat menyerap teknik dasar bolavoli dibandingkan dengan orang dewasa.

Teknik dasar merupakan hal yang wajib dikuasai dalam permainan bolavoli. Salah satu teknik dasar permainan bola voli adalah servis. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya suatu kesalahan, dan ini dapat menjadi serangan pertama bila bola yang dipukul keras dan terarah. Servis harus dilakukan dengan baik dan sempurna oleh semua pemain, karena kesalahan servis mengakibatkan penambahan angka bagi lawan. Demikian pentingnya kedudukan servis dalam permainan bolavoli maka teknik dasar servis harus dikuasai dengan baik. Latihan dasar servis sebaiknya mendapat porsi yang cukup dan sesuai dengan tingkat usia, sehingga dapat mencapai hasil yang maksimal.

Servis dilakukan dari daerah servis di belakang lapangan, dengan panjang tak terbatas. Mula-mula servis hanya berperan sebagai pelayanan

saja untuk memulai pertandingan, akan tetapi seiring perkembangan bolavoli sekarang ini servis bisa merupakan serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu memperoleh kemenangan. Oleh karena itu servis harus dilakukan dengan keras dan terarah dengan tujuan agar tidak bisa diterima oleh lawan yang berarti pihak pemegang servis mendapatkan angka.

Servis sendiri juga ada bermacam-macam dan masing-masing memiliki nama dan sifat serta teknik sendiri-sendiri. Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli, diantaranya servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), servis top spin dan servis loncat (*jump service*).¹ Teknik servis atas memiliki keistimewaan dengan bola cepat dan dekat dengan jaring sehingga menyulitkan lawan. Dalam melakukan teknik servis atas diperlukan beberapa syarat diantaranya : kekuatan, kecepatan dan ketepatan. Kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan merupakan salah satu faktor pendukung untuk teknik servis atas.

Kekuatan otot lengan dibutuhkan saat melakukan servis atas untuk memukul bola hingga sampai ke area lawan dengan cepat, sedangkan koordinasi mata-tangan dibutuhkan untuk memperoleh ketepatan dalam melakukan servis. SMK Negeri 1 Jatisari berada di Kabupaten Karawang, Jawa Barat. Ketertarikan siswa terdapat bidang olahraga sangat tinggi. Hal itu dapat

¹ Nuril Ahmadi, *Panduan Olahraga Bolavoli*, (Surakarta: Pustaka Utama, 2007), h. 20.

dilihat dari prestasi yang diperoleh di berbagai tingkat kejuaraan. Sekolah mengadakan berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler, diantaranya sepak bola, bola basket dan bolavoli untuk menggali, mendukung serta menyalurkan minat dan bakat siswa khususnya dalam bidang olahraga. Dari beberapa ekstrakurikuler yang ada, bolavoli merupakan salah satunya. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Jatisari dilaksanakan setiap hari Senin, Rabu dan Jumat pada pukul 15.20 – 17.00 WIB bertempat di lapangan SMK Negeri 1 Jatisari. Sekolah sebagai institusi pendidikan formal memiliki keterbatasan dalam hal waktu, dana, serta fasilitas pendukung. Sehingga perannya dalam membentuk nilai dan sikap pada anak tidak dapat berjalan optimal. Oleh karena itu diperlukan waktu tambahan diluar jam sekolah untuk mendukung tujuan pendidikan nasional. Dalam membentuk sikap anak diperlukan adanya kegiatan diluar jam sekolah yang dapat memberikan hasil yang positif. Dalam kurikulum sudah diberikan jalan keluar yaitu dengan program ekstrakurikuler olahraga yang dibina dan dikelola dengan baik, terarah, terencana, serta berkesinambungan.

Kegiatan ekstrakurikuler diadakan sebagai salah satu upaya pembinaan pelajar di sekolah. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran formal. Keberadaannya diperlukan siswa sebagai media untuk mengembangkan potensi diri, melalui ekstrakurikuler diharapkan mampu mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa semaksimal mungkin. Untuk

peningkatan ketrampilan dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa akan dibina dengan bentuk-bentuk latihan khusus. Dalam hal ini ekstrakurikuler bolavoli, maka siswa akan diberikan latihan fisik, teknik dan lain-lain. Hal ini sangat penting agar pembinaan olahraga bolavoli terhadap siswa sesuai dengan porsinya sehingga kemampuan yang dimiliki terus meningkat dan mencapai hasil yang optimal.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di tingkat SLTA di kecamatan Jatisari, menunjukkan bahwa hasil servis atas peserta ekstrakurikuler sangat kurang, hal ini terlihat pada saat kegiatan ekstrakurikuler serta pada saat kejuaraan POPKAB dan peringatan HUT RI tingkat SMK serta kejuaraan UNSIKA cup, siswa dalam melakukan servis atas bola sering keluar lapangan, tidak sampai atau menyangkut di net dan servis yang dilakukan tidak terarah, kurang cepat dan keras sehingga memudahkan lawan untuk menerima bola. Dari pembelajaran yang telah dilaksanakan belum menunjukkan hasil yang optimal, sehingga kemampuan servis atas para siswa yang mengikuti ekstrakurikuler masih rendah dan perlu ditingkatkan. Masih rendahnya kemampuan servis atas tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya, apakah penguasaan teknik servis belum benar, kemampuan fisik belum memadai, ataukah metode mengajar yang dilaksanakan kurang tepat.

Dalam kehidupan ini sangatlah penting seseorang memiliki rasa percaya diri, akan tetapi kepercayaan diri itu jangan berlebihan karena dapat berakibat kurang menguntungkan bagi orang tersebut. Dengan tumbuhnya kepercayaan diri yang berlebihan akan muncul pula perasaan menganggap mudah sesuatu yang dihadapi. Di sisi lain kepercayaan diri yang berlebihan akan menyebabkan seseorang mudah mengalami frustrasi jika tidak tercapai keinginannya. Seperti halnya kepercayaan diri yang berlebihan, kurang percaya diri terhadap kemampuan diri dapat berakibat tidak baik, karena sasaran atau target yang ditetapkan lebih rendah dari kemampuan yang dimilikinya.

Menurut Jacinta beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah :

- (1) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau rasa hormat orang lain.
- (2) Tidak tergolong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- (3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dan berani menjadi diri sendiri.
- (4) Punya pengendalian diri yang baik (tidak *moody* atau emosinya stabil).

- (5) Memiliki *internal focus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung atau mengharapkan bantuan orang lain).
- (6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.²

Dengan Kondisi yang demikian seorang guru harus mampu mengevaluasi dari semua faktor, baik dari pihak guru sendiri atau pun dari pihak siswa. Diharapkan dengan perbaikan teknik servis atas yang merupakan faktor penting dalam permainan bolavoli kemampuan bermain bolavoli siswa putra SMK Negeri 1 Jatisari yang mengikuti ekstrakurikuler terutama kemampuan servis atas bisa meningkat. Kekuatan otot lengan dan kelentukan punggung serta percaya diri diasumsikan banyak memberikan sumbangan terhadap pencapaian hasil keterampilan servis atas dalam permainan bolavoli siswa putra SMK Negeri 1 Jatisari yang mengikuti ekstrakurikuler. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti seberapa besar hubungan kekuatan otot lengan dan kelentukan punggung serta percaya diri dengan hasil keterampilan servis atas

² Jacinta, "Kurang Percaya Diri", <http://ferdiyansyah.blogspot.co.id/2008/06/kurang-percaya-diri.html> (diakses 20 Desember 2015)

siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 1 Jatisari.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan servis atas pada siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelentukan punggung dengan keterampilan servis atas pada siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?
3. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dengan keterampilan servis atas pada siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?
4. Apakah kemampuan fisik mempengaruhi keterampilan servis atas pada siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?

C. Pembatasan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan, ruang lingkup penelitian dibatasi pada pengaruh kekuatan otot lengan dan kelentukan punggung serta percaya diri terhadap keterampilan hasil servis atas siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

1. Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan servis atas.
2. Hubungan antara kelentukan punggung dengan keterampilan servis atas.
3. Hubungan antara percaya diri dengan keterampilan servis atas.
4. Hubungan antara kekuatan otot lengan, kelentukan punggung dan rasa percaya diri secara bersama-sama dengan keterampilan servis atas.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah di kemukakan, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang positif antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan servis atas siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?

2. Apakah terdapat hubungan yang positif antara kelenturan punggung dengan keterampilan servis atas siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?
3. Apakah terdapat hubungan yang positif antara percaya diri dengan keterampilan servis atas siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?
4. Apakah hubungan antara kekuatan otot lengan, kelenturan punggung dan rasa percaya diri secara bersama-sama dengan keterampilan servis atas siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Jatisari?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Hasil penelitian dapat membuktikan atau mengungkap secara ilmiah tentang hubungan kekuatan otot lengan dan kelenturan punggung serta percaya diri terhadap ketepatan servis atas siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 1 Jatisari.
2. Dapat meningkatkan kemampuan servis atas bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMK Negeri 1 Jatisari.
3. Dapat dijadikan kajian bagi guru mengenai pentingnya penguasaan teknik servis atas dan faktor-faktor yang mempengaruhi servis atas.
4. Dapat dijadikan pedoman umum yang memberikan informasi dalam melakukan servis atas.

5. Bagi peneliti memberikan pengetahuan dan pengalaman dalam bidang penelitian ilmiah melalui pengamatan langsung untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.