

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah sebuah kegiatan yang dibutuhkan oleh semua orang dan semua kalangan dari anak – anak sampai orang dewasa. Olahraga merupakan kegiatan menyenangkan bila dilakukan dengan seksama dan tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun. Mereka juga dapat menyalurkan hobi dan tenaga berlebihnya ke dalam kegiatan yang positif yaitu dengan berolahraga.

Salah satu olahraga permainan yang telah memasyarakat di Indonesia adalah permainan bola voli, selain dapat dijadikan olahraga prestasi juga dapat menjadi olahraga rekreasi. Hampir dalam setiap pesta – pesta olahraga, mulai dari pesta olahraga di tingkat RT/RW, sekolah – sekolah, sampai tingkat nasional, regional, bahkan tingkat internasional, pemain bolavoli terdapat di dalamnya.¹

Permainan bola voli akan lebih menarik lagi, apabila setiap pemain mampu memainkan dengan benar dan baik serta mencerminkan keseriusan bermain. Setiap cabang olahraga memiliki karakteristik yang berbeda, demikian pula permainan bola voli.

¹ Mu'rifah & tirta Apriyanto, *jurnal ilmu keolahragaan fortius Volume 5 nomor 2* (jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan – Universitas Negeri Jakarta, 2005), hal. 148

Perbedaan tersebut berkonsekuensi pada perlunya persyaratan untuk mampu memainkannya dengan baik. Penguasaan teknik dasar yang kuat dan benar permainan bola voli merupakan faktor penting dalam peningkatan dan pengembangan prestasi. Teknik – teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah *service, passing, smash, dan block*.²

Saat ini di setiap sekolah menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler guna menunjang kegiatan inti belajar mengajar intrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan diluar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan memiliki wewenang di sekolah atau madrasah.

Salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler ialah SMA Negeri 01 JASINGA. Visi kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 01 JASINGA adalah mengembangkan potensi, minat dan bakat siswa & siswi secara optimal, serta tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan peserta didik yang berguna untuk diri sendiri, keluarga maupun masyarakat. Untuk menunjang visi tersebut maka sekolah menyediakan sejumlah kegiatan yang dapat dipilih oleh peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka. Terdapat beberapa ekstrakurikuler di SMA Negeri 01 JASINGA salahsatunya adalah ekstrakurikuler bola voli.

² *Ibid.*, hal.149

Bola voli dikenal dengan adanya bermacam – macam *service* , dan masing – masing memiliki nama dan sifat serta teknik sendiri – sendiri. Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Karena pukulan servis sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan servis harus Meyakinkan, terarah, keras, menyulitkan lawan.³

Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah servis, sebab dalam teknik servis yang baik suatu regu dapat dengan mudah memperoleh point. Servis merupakan salah satu teknik dasar permainan bola voli. Pada mulanya servis hanya merupakan pukulan awal untuk dimulainya suatu permainan awal untuk diperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.

Pada permainan bola voli, servis merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli. Awal mula servis merupakan pukulan pertama yang mengawali rentetan bolak–baliknya bola dalam suatu permainan. Tetapi dengan seiring perkembangan bola voli, servis tidak hanya sebagai tanda dimulainya permainan, namun telah berkembang menjadi senjata ampuh untuk menyerang, baik itu berupa sulitnya lawan untuk melakukan serangan maupun langsung mendapatkan angka, dengan adanya perubahan peraturan permainan dan kemajuan teknik saat ini yang tidak

³ Nuril ahmadi, *panduan olahraga bola voli*. (solo: ERA PUSTAA UTAMA, 2007) , hal.20

diantisipasi oleh negara–negara Asia maka, terjadilah kemunduran prestasi yang dialami negara Asia

Banyak pemain bola voli dikalangan siswa putra ekstrakurikuler bolavoli SMA 01 JASINGA ketika pertandingan siswa melakukan servis atas, akan tetapi tidak memiliki kekuatan pukulan yang kuat untuk mencapai net atau melewati net. Sehingga servis tersebut tidak sesuai harapan untuk bisa menghasilkan *point*, salah satu masalahnya adalah karena kurangnya daya ledak otot lengan (*Muscular power*) seorang pemain untuk melakukan servis atas dengan keras.

Daya ledak (*power*) adalah gabungan antara kekuatan dan kecepatan atau pengerahan gaya otot maksimum dengan kecepatan maksimum.⁴

Daya ledak yaitu kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sesingkat – singkatnya.⁵

Koordinasi mata tangan juga sangat penting untuk dapat melakukan penempatan bola ketika melakukan servis atas ssebagai faktor pendukungnya. Koordinasi (*coordination*) adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam – macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif.⁶

⁴ Widiastuti, Tes dan Pengukuran Olahraga, (Jakarta : Rajawali Pers, 2015). h. 16

⁵ M. Sajoto, *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*, (Semarang : Dahara Prize, 2005), h. 8

⁶ *Ibid.*, h. 9

Koordinasi sering diartikan kemampuan seseorang melakukan berbagai gerakan menjadi satu kebulatan/gerakan yang sempurna.⁷ Salah satu bentuk koordinasi menurut Harsono koordinasi mata – tangan (*eye-hand coordination*) seperti misalnya dalam kemampuan melempar suatu obyek ke suatu sasaran tertentu.⁸ Dengan didukungnya koordinasi mata-tangan pemain mampu melakukan servis atas dengan gerakan tepat waktu dan tepat pada sasaran.

Dengan adanya daya ledak otot lengan akan membantu siswa memberikan kekuatan sekaligus kecepatan dan dengan adanya koordinasi mata-tangan membantu siswa mengarahkan bola dan waktu memukul yang tepat, sehingga ketika melakukan servis atas siswa dapat melakukannya dengan baik Berdasarkan norma penilaian tes servis atas dari French-chooper dalam Tirto Apriyanto (2014).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti mengambil judul tentang hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata – tangan dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 01 JASINGA.

⁷ Moch. Moeslim , Tes dan Pengukuran Kepeleatihan. (Jakarta : FIK – UNJ, 2001), h. 16

⁸ Harsono, *Coaching Dan Aspek – Aspek Psikologis Dalam Coaching*, (Jakarta : DEPDIBUD, 2007), h. 220

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti dapat mengidentifikasi masalah yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa ekstrakurikuler SMAN 01 JASINGA ?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa ekstrakurikuler SMAN 01 JASINGA ?
3. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa ekstrakurikuler SMAN 01 JASINGA ?

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian lebih terarah, terfokus, dan tidak menyimpang dari sasaran pokok penelitian. Dalam hal ini peneliti membatasi ruang lingkup penelitian dengan melakukan penelitian tentang hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 01 JASINGA.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah yang diajukan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa anggota ekstrakurikuler SMA Negeri 01 JASINGA ?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan servis atas bolavoli putra pada siswa anggota ekstrakurikuler SMA Negeri 01 JASINGA?
3. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot lengan dan koordinasi mata-tangan bersama-sama dengan ketepatan servis atas bola voli putra pada siswa anggota ekstrakurikuler SMAN 01 JASINGA?

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan

Penelitian ini berguna untuk mengetahui tentang besarnya pengaruh daya ledak otot lengan dan koordinasi mata – tangan terhadap keberhasilan servis atas bola voli putra pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 01 JASINGA.

2. Manfaat Penelitian

a) Bagi pelatih ekstrakurikuler

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang teknik yang benar dalam melatih keterampilan servis atas pada siswa ekstrakurikuler bolavoli.

b) Bagi peserta ekstrakurikuler

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemahiran keterampilan servis atas bolavoli.