

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan olahraga di Indonesia semakin hari semakin maju dan berkembang, Hal ini dibuktikan dengan banyaknya kegiatan olahraga yang diselenggarakan di beberapa wilayah baik di daerah dan perkotaan. Olahraga merupakan suatu keadaan yang dapat dilihat sebagai kebutuhan masyarakat, baik itu kebutuhan individu maupun kelompok. Melakukan aktivitas olahraga akan berpengaruh baik terhadap kualitas kehidupan sehari-hari, dengan berolahraga akan membantu meningkatkan kemampuan kerja, dan membantu berpikir kreatif. Dengan begitu terjadi perkembangan yang serasi antara fisik dan kejiwaan.

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak dan meningkatkan kemampuan gerak. Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan yang sifatnya periodik, artinya olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial.

Olahraga sangat dibutuhkan dan sangat berpengaruh terhadap penampilan dan perjalanan kehidupan seseorang, olahraga sangat dibutuhkan karena manfaat dari olahraga tersebut banyak sekali terutama untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Berbagai cabang olahraga yang populer di Indonesia, salah satu diantaranya yaitu bola voli. Hal ini biasa dilihat dengan semakin pesatnya perkembangan bola voli yang ada di desa, di kota, di sekolah-sekolah maupun dikalangan instansi-instansi yang ada.

Bola voli adalah cabang olahraga yang dipertandingkan oleh dua regu, berbagai macam pertandingan yang dilaksanakan pada turnamen-turnamen seperti PORDA (Pekan Olahraga Daerah), PON (Pekan Olahraga Nasional) dan PROLIGA yang dimana pesertanya terdiri dari berbagai klub profesional di Indonesia.

Oleh karena itu, olahraga juga dijadikan sebagai sarana pendidikan yaitu suatu alat untuk mencapai tujuan pendidikan Indonesia. Olahraga pendidikan mencakup pula pada usaha-usaha untuk tercapainya kesegaran jasmani yang optimal bagi anak sekolah dan mahasiswa. Dengan kata lain olahraga merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar.

Olahraga pendidikan dirancang sedemikian rupa untuk mencapai perkembangan total dari kepribadian peserta didik yang mencakup bukan hanya perkembangan fisik, intelegensi, emosi dan sosial tetapi juga perkembangan aspek moral dan spiritual demi terciptanya pribadi anak yang berkarakter.

SMAN 51 Jakarta Timur sendiri khususnya ikut berpartisipasi dalam perkembangan olahraga sebagai saran pendidikan, cabang olahraga bola

voli sudah mulai berkembang dikalangan pelajar, yang mempunyai bakat dalam bidang bola voli dapat menyalurkannya dalam bidang tersebut karena di SMAN 51 Jakarta Timur sejak tahun 2011 telah dibuka jalur prestasi atlet khususnya bola voli.

Berdasarkan pengalaman penulis dapat memprediksikan terdapat faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi optimal atlet dilihat dari aspek pemain, yaitu faktor postur tubuh, kondisi fisik, mental, dan keterampilan teknik. Faktor-faktor ini satu sama lain saling terkait, saling mempengaruhi serta tidak dapat dipisahkan, semua faktor menjadi satu didalam latihan.

Faktor-faktor tersebut, salah satu faktor yang harus selalu tetap dilatih dan dikembangkan dengan baik dan benar. Faktor kondisi fisik harus benar-benar mendapatkan perhatian yang serius didalam program latihan. Adapun faktor kondisi fisik itu terdiri dari beberapa komponen seperti yang dikemukakan oleh Sajoto yaitu, kekuatan, daya tahan, daya ledak, daya lentur, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan reaksi.¹ Dimana masing-masing komponen mempunyai bentuk latihan yang berbeda, dan banyak pilihan dalam melatihnya.

¹M. Sajoto, Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga (Semarang Dahara Prize, 1998), h.8

Penulis tertarik untuk meneliti faktor persepsi kinestetis dan koordinasi mata-tangan sebagai salah satu faktor utama untuk meningkatkan ketepatan *open smash*. Hal ini menjadi objek penelitian mengingat di dalam aplikasinya di lapangan yang sebenarnya bahwa pada teknik ketepatan *open smash* unsur persepsi kinestetis dan koordinasi mata-tangan terutama pada saat memukul bola ke arah daerah lawan.

Maka atas dasar itu, hal ini dijadikan bahan penelitian dan hubungan dengan hal tersebut maka bermaksud meneliti persepsi kinestetis dan koordinasi mata-tangan yang menjadi salah satu dasar untuk meningkatkan Tim Bola Voli Putri SMAN 51 Jakarta Timur

B. Identifikasi Masalah

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

- a. Faktor apa sajakah yang mempengaruhi ketepatan *open smash*?
- b. Apakah terdapat hubungan antara persepsi kinestetis dengan ketepatan *open smash*?
- c. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *open smash*?

- d. Apakah terdapat hubungan antara persepsi kinestetis dan koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *open smash*?
- e. Komponen fisik apakah yang mempengaruhi *open smash*?
- f. Apakah unsur kondisi fisik berpengaruh dengan ketepatan *open smash*?
- g. Apakah persepsi kinestetis memberikan sumbangan yang lebih efektif? dengan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *open smash*?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan tersebut diatas, maka perlu pembatasan masalah dalam penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah hubungan antara persepsi kinestetis dan koordinasi mata-tangan dengan *open smash* pada Tim Putri Bola Voli SMAN 51 Jakarta Timur.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah dalam penelitian ini, maka dapat dirumuskan masalah-masalah sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat hubungan antara persepsi kinestetis dengan ketepatan *open smash*?

- b. Apakah terdapat hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan ketepatan *open smash*?
- c. Apakah terdapat hubungan antara persepsi kinestetis dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama dengan ketepatan *open smash*?

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat bagi para Pembina olahraga dan pelatih lebih efektif dalam upaya mengajar atau melatih cara atau bentuk latihan secara berulang-ulang untuk meningkatkan ketepatan *open smash*.

