

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Kegiatan olahraga yang dilakukan dapat memberikan banyak manfaat bagi tubuh seperti kesehatan dan kebugaran. Olahraga adalah rangkaian kegiatan fisik yang terencana dan berkontribusi untuk tetap aktif dalam meningkatkan gerak atau mobilitas (Mahfud & Fahrizqi., 2020).

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan serta salah satu dari kebutuhan jasmani yang penting bagi manusia. Dan olahraga ini sangat digemari dikalangan masyarakat Indonesia dan tidak sedikit pula yang menyukai olahraga ini dalam segi, sebagai : *atlit* dan penonton karna permainan bola voli adalah olahraga yang bermasyarakat atau olahraga yang dibidang cukup terjangkau dari segi alat maupun tempat karna olahraga yang dimainkan oleh dua *grup* dengan masing-masing *grup* berisi enam pemain sehingga bisa menjalin kekeluargaan di masyarakat umum. (Gumantan, Mahfud, & Yuliandra, 2020).

Sekolah dijadikan sebagai salah satu lembaga pendidikan resmi yang dalam penyelenggaraan pendidikanya dilakukan secara teroganisir, sistematis dan berkesinambungan dengan maksud agar tujuan pendidikan nasional itu sendiri dapat tercapai. Upaya sekolah untuk meningkatkan pribadi anak yang sehat secara jasmani adalah melalui pendidikan olahraga yang memberikan pengetahuan tentang gerak dalam berolahraga secara faktor kesehatan yang dapat mempengaruhinya dalam penguasaan keterampilan gerak.

Pendidikan olahraga dimaksudkan untuk meningkatkan prestasi dan kondisi fisik yang mencakup prestasi: dalam bidang olahraga. Fisik mencakup: kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan dan kelentukan serta pembentukan sikap tubuh yang baik, yang meliputi anatomis, fisiologis, dan kesehatan. Proses pembelajaran pendidikan olahraga di sekolah tidak hanya di berikan pada saat jam pelajaran resmi akan tetapi juga di berikan secara Ekstrakurikuler. Serta dalam pengawasan sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan potensi anak dalam kemampuan olahraga tanpa mengganggu proses kegiatan belajar mengajar.

Kegiatan yang resmi di dalam sekolah seperti halnya yang dilakukan di SMK N 1 MENGGALA Tulang Bawang tidak hanya dilakukan dalam kegiatan *Ekstrakurikuler* yang merupakan mata pelajaran wajib yang di ikuti oleh para siswa-siswi. Suryosubroto dalam (Fikri, 2021) tujuan dari kegiatan *ektrakurikuler* yaitu harus dapat meningkatkan kemampuan siswa ber aspek kognitif, aspek afektif, serta aspek psikomotor, harus dapat mengembangkan bakat dan minat dari siswa sebagai pembinaan pribadi menuju manusia seutuhnya, terakhir agar dapat mengetahui, serta mengenal dan membedakan hubungan antar mata pelajaran satu dengan yang lain. Berbagai kegiatan *Ekstrakurikuler* olahraga yang ada, salah satu cabang olahraga yang menjadi pilihan para siswa-siswi adalah cabang permainan bola voli.

Ekstrakurikuler olahraga disekolah adalah untuk mengembangkan minat dan bakat siswa dalam bidang olahraga menurut (Mahfud, Gumantan, & Nugroho, 2020). Ekstrakurikuler atau ekskul adalah kegiatan tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan dan wawasan serta membantu membentuk karakter peserta didik sesuai dengan minat dan bakat masing-masing. Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 060/U/1993 dan Nomor 080/U/1993, kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, dan dirancang secara khusus agar sesuai dengan faktor minat dan bakat siswa. (Fahrizqi, Agus, & Yuliandra, 2021).

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya pembinaan yang diselenggarakan di lingkungan sekolah. Pada gilirannya keterampilan siswa akan ditingkatkan dengan bentuk-bentuk latihan khusus sesuai cabang olahraga yang diikuti dan diminati. Hal ini sangat penting agar pembibitan dan pembinaan olahraga dikalangan siswa akan terus meningkat dan mencapai hasil yang maksimal. (Nugroho, & Gumantan, 2020)

Bola Voli adalah salah satu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang karena dalam setiap permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk semua gerakan dalam permainan bola voli itu sendiri (Faozi, Sanusi, & Listiandi 2019). Untuk organisasi

di Indonesia yang menaungi bola voli adalah Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) ajang tertinggi yang di gelar di Indonesia adalah PRO LIGA. Sedangkan organisasi yang menaungi bola voli internasional adalah *Federation Internationale de VolleyBall* (FIVB). Permainan bola voli di SMK N 1 MENGGALA Tulang Bawang merupakan salah satu olahraga yang mendapat perhatian lebih dari kepala sekolah, guru, serta para siswa-siswi itu sendiri. Dikarenakan prestasi siswa-siswi ini mampu bersaing di kompetisi bola voli baik antara pelajar maupun umum sehingga menjadi daya tarik untuk para siswa-siswi maupun guru-guru melibatkan dirinya di *Ekstrakurikuler* bola voli ini. Latihan-latihan yang biasa di lakukan adalah teknik dasar permainan bola voli seperti, *passing* bawah, *passing* atas, *service*, *block* dan teknik khusus (*setter* dan *libero*).

Dari berbagai teknik yang di ajarkan pada siswa-siswi tim bola voli ada teknik dasar *service* yang kurang baik yaitu keterampilan *Jump Service*. Jika atlit tidak dapat menguasai atau kurang memahami dalam teknik dasar *Jump Service* akan berakibat fatal dalam permainan. Maka dari itu atlit harus diberikan pemahaman dan pengetahuan tentang teknik dasar *jump servis* oleh pelatih. Dalam melakukan *Jump Service* ada beberapa komponen yang perlu di perhatikan karena dapat memungkinkan mempengaruhi hasil *service* seperti ke akuratan *service* dan Kekuatan otot, seperti: otot tungkai, otot perut, dan otot lengan merupakan komponen yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik dan teknik secara keseluruhan karena kekuatan otot merupakan daya penggerak aktifitas fisik.

Untuk meningkatkan *Jump Service* dalam permainan bola voli berhasil maka metode *Research and Development* (R&D) sangat perlu dikembangkan, melalui latihan teknik dan fisik bertujuan untuk meningkatkan *Jump Service* latihan yang diulang-ulang akan menghasilkan konsistennya *Jump Service* terhadap permainan dilapangan. dari pernyataan tersebut maka penulis melakukan penyelidikan melalui pendekatan ilmiah terhadap masalah ini guna mengetahui seberapa besar peningkatan yang ditimbulkan oleh pengembangan metode latihan *Jump Service*, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap prestasi bola voli.

Dari permasalahan di atas, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berupa *Research and Development* (R&D) dalam upaya untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan *Jump Service* pada anak

Ekstrakurikuler SMK Ni 01 Menggala di mana peneliti menformulasikan dalam judul “Pengembangan Model Latihan *Jump Service* Pada *Ekstrakurikuler* SMK N 1 Menggala”.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

1. Bagaimana bentuk pengembangan model latihan *Jump Service* bolavoli untuk menambahkan latihan yang bervariasi terhadap keperluan pengembangan bolavoli?
2. Apakah bentuk pengembangan model latihan *Jump Service* pada permainan bolavoli efektif untuk meningkatkan keterampilan *Jump Service* pada permainan bolavoli?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengidentifikasi apakah kebutuhan pengembangan model latihan *Jump Service* terhadap keefektifan pengembangan *Jump Service* bolavoli.
2. Mengidentifikasi keberhasilan dan keefektifan pengembangan model latihan *Jump Service* untuk meningkatkan keterampilan *Jump Service* pada permainan bola voli.

1.4 Batasan Masalah

Penelitian ini mempunyai ruang lingkup dan batasan masalah sebagai berikut:

1. Peneliti hanya menentukan pada satu bentuk latihan yaitu pengembangan model latihan *Jump Service*.
2. Data yang di ambil dalam penelitian ini merupakan siswa/siswi SMK N 1 MENGGALA yang mengikuti *Ekstrakurikuler* bola voli
3. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *research and development* (R&D)

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Pemain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pemain bolavoli agar mengetahui bahwa banyak bentuk latihan *Jump Service* yang dapat dilakukan.

2. Bagi Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan pelatih dalam metode melatih khususnya pada latihan *Jump Service*, dan juga membuka wawasan kepada pelatih tentang pentingnya kreatifitas dalam melatih guna menghindari dari kejenuhan

3. Bagi Penulis

Untuk dijadikan bahan ajaran yang dapat meningkatkan prestasi dalam permainan olahraga bolavoli di sekitarnya.