**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan merupakan bidang studi yang paling digemari oleh siswi Sekolah Menengah sehingga lewat pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat dipergunakan sebagai alat untuk mendidik siswi pada perilaku yang baik, kepekaan emosi, rasa sosial dan spiritual. Pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 butir 11 menjelaskan bahwa Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan nasional. Tujuan akhir dari pendidikan jasmani harus selaras dengan tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Melalui pendidikan jasmani diharapkan bisa merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswi.

Olahraga di sekolah dipandang sebagai alat pendidikan yang mempunyai peran penting terhadap pencapain tujuan belajar mengajar secara keseluruhan. Olahraga sebagai pendidikan atau dengan istilah pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang wajib diajarkan baik di SD, SMP, SMA maupun SMK. Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswi, merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswi.

Untuk olahraga prestasi kategori olahraga dibagi menjadi olahraga terukur (atletik, renang, dan lain-lain), olahraga permainan (bolavoli, bolabasket, sepakbola, sepaktakraw, dan lain-lain), olahraga beladiri (karate, pencak silat, dan lain-lain), dan olahraga konsentrasi (golf, bowling, dan lain-lain). Sedangkan pendidikan jasmani di sekolah membagi olahraga dalam beberapa kategori yaitu cabang olahraga bola besar (sepakbola, bolabasket, dan lain-lain), cabang olahraga bola kecil (kasti, rounders dan lain-lain), cabang olahraga senam (senam lantai, senam aerobik dan senam ritmik) , beladiri (pencak silat dan karate) dan juga cabang olahraga atletik (lari, lompat dan lempar).

Permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat Indonesia. Perhatian pemerintah terhadap bidang keolahragaan semakin meningkat terutama faktor-faktor pendukung untuk pencapaian prestasi baik di tingkat regional, nasional maupun Internasional. Permainan bolavoli tidak diperlukan tempat yang luas, peraturan yang sederhana dan perlengkapan sarana dan prasarananya mudah didapat, sehingga hampir setiap orang dapat belajar dan berlatih. Secara umum permainan bolavoli juga tidak berbahaya bagi para pemainnya, karena tidak terjadi kontak langsung dengan pemain lawan di lapangan. Serta melalui praktek permainan ini seluruh bagian tubuh dapat digerakkan untuk diperoleh kondisi yang dimungkinkan diperoleh peningkatan kesehatan tubuh. Permainan bolavoli sudah berkembang menjadi bagian dari olahraga pendidikan. Sebagai olahraga pendidikan selain untuk sarana pencapaian tujuan pendidikan, hal yang utama adalah berguna dalam penunjang pembinaan dan pemeliharaan kesegaran jasmani pada anak didik. Bolavoli dapat dijadikan sebagai salah satu upaya pembinaan seperti fisik dan pengembangan sifat-sifat positif para siswi. Semangat bertanding dan pembentukan mental dapat dikembangkan melalui pertandingan-pertandingan antar kelompok, antar kelas, dan antar sekolah, sehingga permainan ini telah menjadi suatu cabang olahraga yang secara teratur dilaksanakan di sekolah-sekolah. Sekolah telah dilengkapi dengan kurikulum pendidikan jasmani yang di dalamnya dimuat pembelajaran permainan bolavoli sebagai kurikulum.

Teknik dasar merupakan hal yang paling penting dalam suatu cabang olahraga bolavoli, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik. Keberhasilan melakukan teknik dasar akan menentukan pula keberhasilan dalam melakukan suatu permainan bolavoli. *Passing* berarti mengumpan atau mengoper, teknik ini adalah teknik dasar yang cukup sulit dan digunakan dalam permainan bolavoli. Begitu pula dalam pembelajaran penjas, penguasaan *passing* bawah harus dikuasai oleh seorang siswi. Karena akan menentukan cara bermain siswi dalam permainan bolavoli, karena penerimaan *passing* yang baik adalah awal dari keberhasilan *smash* dan apabila *passing* baik maka permainan akan berjalan dengan baik juga.

*Passing* dalam permainan bolavoliadalah usaha ataupun upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya untuk mengoperkan bola yang dimainkanya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Dengan adanya *passing* yang baik, maka dapat membuat serangan yang baik ke daerah lawan sehingga dapat menghasilkan skor. Akan tetapi tidak dipungkiri bahwa dalam pembelajaran bolavoli siswi-siswi sering mengalami kesulitan dalam melakukan *passing* bawah, bahkan ironisnya sangat sedikit yang masuk dalam kategori bagus. Hal ini menunjukkan adanya permasalahan di dalam pembelajaran bolavoli. Sehingga peneliti mencoba mengetahui sebab-sebab keberhasilan ataupun kegagalan dalam melakukan *passing*. Permainan bolavoli akan kelihatan menarik jika terjadi penyelamatan bola pada saat bertahan. Maka harus menguasai teknik dasar *passing* bawah dengan berbagai variasinya. Bagi siswi sekolah pada *passing* bawah yang pertama kali diajarkan yaitu awalan menekuk lutut dengan lengan rileks di samping tubuh, posisi tangan lurus ke depan, perkenaan bola pada lengan. Gerak mengayun lengan ke arah yang diinginkan, dan gerak lanjut. Bagi siswi yang masih pemula mengajarkan *passing* bawah merupakan langkah yang tepat, sebelum mempelajari teknik dasar yang lain. Hal ini karena *passing* bawah memiliki gerak yang cukup sederhana dan *passing* bawah merupakan teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan bolavoli.

*Passing* dalam permainan bolavoli merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli yang penting. Passing adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Dalam permainan bolavoli passing terdiri dari dua macam, yaitu : passing atas dan passing bawah.

*Passing* bawah adalah teknik yang paling dominan dalam permainan bolavoli. Tanpa melakukan *passing* bawah, pemain pasti merasa kesulitan untuk mengembalikan bola. Teknik ini digunakan untuk menerima *service*, menerima *smash*, menerima bola setinggi pinggang ke bawah dan menerima bola rendah yang memantul dari net. *Passing* bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bolavoli. Keberhasilan penyerangan tergantung dari baik buruknya *passing* bawah. Apabila bola yang di*passing* kurang baik, maka pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang baik untuk para penyerang.

Permasalahan yang sering terjadi adalah siswi di sekolah terkadang mengabaikan hal-hal yang berkontribusi dalam pelaksanaan *passing* bawah. faktor-faktor tersebut antara lain kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai, dan koordinasi mata-tangan.

Dalam melakukan passing bawah pada permainan bolavoli diperlukan lengan yang kuat, karena merupakan salah satu faktor keberhasilan dalam melakukan *passing* bawah. Kekuatan atau *strength* adalah kemampuan siswi pada saat mempergunakan otot-ototnya menerima beban dalam waktu kerja tertentu. Sehingga dapat dikatakan bahwa kekuatan adalah kemampuan dari otot untuk dapat mengatasi tahanan atau beban dalam menjalankan aktivitas. Tahanan dalam hal ini adalah bola yang diterima dengan *passing* bawah.

Kekuatan otot tungkai turut menunjang kemampuan gerak dalam melakukan passing bawah pada permainan bolavoli karena pada pelaksanaannya tungkai harus kuat untuk menopang berat badan seseorang. Disamping itu, pada pelaksanaanya kedua lutut dibengkokkan dan kaki dibuka selebar bahu sehingga kekuatan otot tungkai sangat berperan, kemudian dengan kontraksi maksimal melakukan gerakan refleksi pada otot tungkai, sehingga menambah kekuatan dalam melakukan passing bawah. Apabila kekuatan otot tungkai dapat dimaksimalkan dalam proses gerakan passing bawah bolavoli, maka akan menunjang tenaga atau gaya untuk melakukan passing secara kuat dan cepat. Kekuatan otot tungkai juga dapat menentukan arah sasaran passing. Kalau otot tungkai kurang akan mengakibatkan berkurangnya akselerasi dalam melakukan kerja otot secara berulang-ulang, dan dalam waktu relatif lama, sehingga passing bawah bolavoli yang dilakukan makin lama makin lemah. Otot tungkai memiliki peranan terpenting dalam melakukan passing bolavoli, karena otot tungkai merupakan titik pusat tenaga, sehingga kekuatan otot tungkai akan menunjang tenaga pada bagian tubuh lainnya.

Koordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh. Seseorang dikatakan mempunyai koordinasi yang baik bila mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam melakukan rangkaian gerakan, iramanya terkontrol dengan baik, serta mampu melakukan gerakan yang efisien. Kemampuan *passing* bawah didukung oleh koordinasi gerak seluruh tubuh yang berakhir dalam bentuk gerak ayunan yang didukung oleh kekuatan otot lengan.

Koordinasi mata dan tangan yang baik juga menguntungkan untuk dapat mengarahkan pukulan bola dengan arah bola yang diinginkannya dalam melakukan sebagai serangan bola pada daerah lawan yang kosong, jadi lawan akan sulit menjangkau bola. Jadi kemampuan seorang pemain bolavoli untuk memadukan unsur kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai dan koordinasi mata-tangan pada saat melakukan *passing* bawah akan berkontribusi terhadap baik buruknya ayunan yang dihasilkan. Keberhasilan *passing* bawah sangat tergantung pada kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai dan kemampuan koordinasi yang dimiliki oleh siswi.

Dari teori di atas maka penulis merumuskan judul penelitian yakni “Kontribusi kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai, dan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru”

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka masalah penelitian dirumuskan sebagai berikut:

* 1. Apakah ada kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru?
  2. Apakah ada kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru?
  3. Apakah ada kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru?
  4. Apakah ada kontribusi kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai, dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru?

1. **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari latar belakang masalah dan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru.
2. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru.
3. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru.
4. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai, dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswi SMPN 2 Pujananting Kabupaten Barru.
5. **Manfaat Hasil Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pengembangan dan pembinaan olahraga bolavoli dalam usaha pencapaian prestasi yang lebih tinggi. Untuk itu manfaat hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan informasi bagi para guru penjas, para pelatih dan para pembina olahraga bolavoli tentang pentingnya kekuatan otot lengan, kekuataan otot tungkai dan koordinasi mata-tangan dalam keberhasilan kemampuan passingbawah pada permainan bolavoli.
2. Sebagai masukan bagi pengembangan ilmu dibidang keolahragaan khususnya cabang olahraga bolavoli menyangkut tentang kondisi fisik.
3. Sebagai bahan perbandingan bagi mahasiswi yang berminat untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan berbagai sudut pandang masalah yang lebih luas.