

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pembangunan pendidikan yang dilakukan selama ini masih menghadapi sejumlah tantangan baik yang terkait dengan kondisi internal. Sistem pendidikan jasmani maupun yang bersumber pada perubahan dalam segala aspek kehidupan di tingkat lokal, nasional dan pada tantangan global. Kondisi tersebut menuntut adanya sumber daya manusia yang memiliki daya saing yang tinggi. Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945 pasal 31 ayat (1) tersebut menyebutkan bahwa: "setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan", Pendidikan merupakan alat untuk mencetak generasi bangsa agar tercapai kesejahteraan lahir batin. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 Bab I Pasal 1 menjelaskan bahwa: pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Menurut Departemen Pendidikan nasional (2006) menyatakan bahwa "pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan satu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang" (hlm. 131).

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional. Adapun menurut Samsudin (2014) menyatakan tujuan dari pendidikan jasmani sebagai berikut:

- 1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
- 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif (hlm. 54).

Permainan cabang olahraga bola voli merupakan salah satu materi yang terdapat dalam kurikulum mata pelajaran pendidikan jasmani, kesehatan dan olahraga (PJOK). Permainan bola voli ini kini telah mengalami perkembangan yang cukup pesat, hal ini ditandai dengan adanya kejuaraan yang telah digelar, baik tingkat nasional maupun internasional. Olahraga voli ini bagian olahraga yang bersifat kompetitif, setiap masing-masing tim dan pelatihnya berlomba-lomba untuk menjadi yang terbaik. Disamping meraih kemenangan wujud prestasi tim juga dituntut untuk menyajikan bola voli yang atraktif dan menghibur dengan mengembangkan teknik-teknik dasar. Dalam pencapaiannya kearah prestasi sebuah tim memerlukan beberapa faktor yaitu latihan fisik, latihan taktik, latihan teknik dan latihan mental, keempat unsur tersebut merupakan unsur-unsur prestasi yang harus dimiliki. Untuk melaksanakan seluruh keterampilan dasar bermain bola voli minimal pemain harus memiliki 6 keterampilan teknik, yaitu sikap penjagaan, sikap bergerak kearah bola pas, umpan, *smash*, bendungan, *servis* dan penyelamatan bola.

Dalam teknik *smash* kondisi fisik merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan *smash*. Maka dari itu upaya untuk meningkatkan *smash*, diperlukan latihan yang teratur dengan memperhatikan hasil yang baik dan terarah. Menurut Yunyun (2010) menyatakan bahwa “pukulan bola yang dapat menyulitkan lawan adalah bola yang dipukul keras, yang diarahkan ke tempat kosong, ke pemain yang lemah ke antara kedua pemain, kesisi lapangan kedaerah pemain yang terdekat dengan bola yang dipukul, bola dipukul dengan sehingga bola berjalan dengan mengambang atau *floating* atau dengan gerakan tiupan” (hlm 41). Menurut Langga dan Supriyadi (2016) “Latihan adalah proses melakukan kegiatan olahraga yang telah direncanakan secara sistematis dan terstruktur dalam jangka waktu yang lama untuk meningkatkan kemampuan gerak baik dari segi fisik, teknik, taktik, dan mental untuk menunjang keberhasilan siswa atau atlet dalam memperoleh prestasi olahraga yang maksimal” (hlm. 91).

Penggunaan metode yang baik dan tepat akan sangat membantu proses latihan, dengan demikian latihan *smash* bisa dikombinasikan dengan target *games* dengan menggunakan ketinggian net yang berubah sebagai latihan intinya, dengan berharap bisa menghasilkan *smash* yang akurat sehingga dapat menyulitkan pengembalian bola yang kita pukul. Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003) menjelaskan permainan target *games* adalah “permainan yang dimana pemain mendapatkan skor apabila bola atau proyektil, sejenis dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik” (hlm. 21). Permainan target ini cocok untuk melatih latihan ketepatan dengan menggunakan tingginya net yang berubah atau bertahap dengan ketinggian mulai dari 2 meter, 2,20 meter dan tahap terakhir dengan 2,43 meter, dengan sasaran cone di posisi 1,2,3,4,5, dan 6. Karakteristik latihan permainan ini yaitu mempunyai arah menuju sasaran yang tepat, namun permainan ini dilaksanakan secara kontinyu dan berulang-ulang saat pelaksanaannya. Terlepas dari beberapa teknik dasar bola voli di atas, yang menjadi pengamatan peneliti pada penelitian ini adalah terfokus pada keterampilan

teknik *smash* pada ekstrakurikuler di SMA Ciledug Al-Musaddadiyah Kabupaten Garut.

Karena terdapat Terdapat masih banyak yang mempunyai kelemahan dan kekurangan dalam penempatan bola voli, dapat dilihat dari dua sudut pandang pada saat sesi latihan maupun saat pertandingan. Pada saat pelaksanaan *smash* terdapat bolanya selalu mengarah keluar lapangan atau (*out*), tidak mengenai sasaran atau target yang diinginkan. Hal ini tersebut apakah karena perkenaan bola dengan tangan belum tepat atau faktor dalam hal lainnya, hasil program latihan juga bisa mempengaruhi karena disebabkan belum adanya latihan untuk meningkatkan ketepatan *smash*. Maka diperlukan latihan yang teratur dengan memperhatikan hasil *smash* yang baik dan terarah.

Dari latar belakang diatas yang menjelaskan tentang kombinasi latihan target atau sasaran, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Bentuk Latihan Target *Games* Dengan Menggunakan Tinggi Net Yang Berubah Terhadap Peningkatan Ketepatan *Smash* Bola Voli Pada Peserta Ekstrakurikuler SMA Ciledug AL-Musaddadiyah Kabupaten Garut”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh bentuk latihan target *games* dengan menggunakan tinggi net yang berubah terhadap peningkatan ketepatan *smash* bola voli pada peserta ekstrakurikuler SMA Ciledug Al-Musaddadiyah Kabupaten Garut?”

## **1.3 Definisi Operasional**

Menurut Sugiyono (2012) definisi operasional adalah “definisikan yang disusun berdasarkan atas kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan agar hal yang didefinisikan itu terjadi“ (hlm. 62). Berdasarkan uraian diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa definisi operasional secara sistematis menguraikan yang sesuai dengan variabel yang di angkatnya, yaitu:

- 1) Menurut dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi III (2001) menyatakan bahwa “pengaruh adalah kekuatan yang ada atau yang timbul dari sesuatu,

seperti orang, benda yang turut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang” (hlm. 849). Adapun yang dimaksud dengan pengaruh penelitian ini adalah dalam ketepatan *smash* yang tidak sesuai target atau sasaran. Oleh karena itu dalam peningkatannya yaitu dengan bentuk latihan target *games*.

- 2) Menurut Langga dan Supriyadi (2016) “Latihan adalah proses melakukan kegiatan olahraga yang telah direncanakan secara sistematis dan terstruktur dalam jangka waktu yang lama untuk meningkatkan kemampuan gerak baik dari segi fisik, teknik, taktik, dan mental untuk menunjang keberhasilan siswa atau atlet dalam memperoleh prestasi olahraga yang maksimal” (hlm. 91). Dalam latihan ini yaitu dengan target *games* dengan tinggi net yang berubah, untuk meningkatkan ketepatan *smash* dengan mencapai suatu harapan yang diinginkan.
- 3) Menurut Kementerian Pendidikan kebudayaan (2014) menyatakan bahwa “permainan bolavoli adalah suatu cabang olahraga yang dilakukan dengan memvoli bola diudara hilir mudik di atas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola didalam petak lapangan lawan untuk mendapatkan kemenangan dalam bermain” (hlm. 533). Terdapat suatu ketepatan *smash* permainan bola voli yang sangat lemah, atau kurang baik saat pelaksanaan, sehingga tidak sesuai target atau sasaran yang diinginkan.
- 4) Permainan target *games* adalah salah satu permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang lebih tinggi dalam memperoleh nilai. Mitchell, Oslin dan Griffin (2003) menjelaskan “*in target games, players score by throwing or striking a ball to a target*. Target *games* merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan akurasi yang tinggi dalam permainanannya” (hlm. 21). Dengan target *games* ini untuk meningkatkan ketepatan *smash* dengan menggunakan tingginya net yang berubah atau bertahap dengan ketinggian mulai dari 2 meter, 2,20 meter dan tahap terakhir dengan 2,43 meter, yang dimana permainan ini untuk melatih ketepatan sekaligus mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lainnya sejenis dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.

- 5) *Smash* normal merupakan suatu bentuk pukulan *smash* yang mempunyai ciri khusus yaitu, lambungan bola dengan tinggi kurang lebih 1 meter dari atas permukaan net. Sunardi dan Deddy Whinata (2015) menyatakan bahwa “*smash* adalah pukulan utama dalam menyerang untuk mencapai kemenangan” (hlm. 40). Saat pelaksanaan *smash*, kombinasi gerakan harus kompleks sehingga saat melakukan serangan dalam permainan bola voli, sangat mudah untuk menghasilkan poin atau angka.
- 6) Menurut Budiwanto (2012) “ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak kesesuatu sasaran sesuai dengan tujuan” (hlm. 9). Maka ketepatan inilah sangat penting karena kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuan yang diinginkan, sehingga dapat mempermudah yang diinginkan.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pada latar belakang yang telah diuraikan tersebut, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah: “untuk mengetahui pengaruh bentuk latihan target *games* dengan menggunakan tinggi net yang berubah terhadap kemampuan ketepatan *smash* bola voli pada peserta ekstrakurikuler di SMA Ciledug Al-Musaddadiyah Kabupaten Garut”.

#### **1.5 Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang diatas serta tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan oleh penulis dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### 1) Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memperkaya ilmu keolahragaan dan mendukung teori yang sudah ada khususnya teori dan praktek permainan target *games* dengan ketinggian net yang berubah dalam cabang olahraga bola voli.

##### 2) Secara Praktis

###### a) Bagi peserta didik

Dapat mengetahui adanya pengaruh kemampuan ketepatan *smash* dengan bentuk latihan target *games*, sehingga siswa diharapkan lebih terpacu meningkatkan

kemampuan ketepatan *smash* dengan menggunakan tinggi net yang berubah, agar dapat melakukan *smash* dengan baik lagi dan tepat sasaran.

### 3) Bagi Guru

Dapat digunakan sebagai gambaran atau masukan untuk dapat disajikan sebagai pertimbangan dalam usaha untuk meningkatkan kemampuan peserta didik khususnya kemampuan ketepatan *smash* dalam permainan bola voli dengan menggunakan tinggi net yang berubah. Selain itu meningkatkan kemampuan guru dalam menciptakan metode pembelajaran yang kreatif, guna meningkatkan hasil belajar siswa dan meningkatkan kinerja guru dalam menjalankan tugas secara professional.