

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi setiap manusia manusia. Menurut Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang pendidikan nasional menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk menunjukkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya, untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengemdalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Haudi, 2020, hal. 8).

Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pada pasal 13 ayat (1) menyebutkan bahwa jalur pendidikan terdiri atas pendidikan formal, nonformal dan informal yang dapat saling melengkapi dan memperkaya. Jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi diantaranya adalah Sekolah Dasar (SD), Madrasah Ibtidaiyah (MI), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Madrasah Tsanawiyah (MTs), Sekolah Menengah Atas (SMA) Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) serta perguruan tinggi (Rasyidin, et al., 2017, hal. 204).

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia. Dalam kurikulum pembelajaran pada sekolah menengah pertama terdapat mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu

proses pembelajaran melalui aktivitas gerak dan juga untuk mengembangkan karakter siswa (Hananingsih & Imran, 2020).

Dalam pendidikan jasmani terdapat beberapa cabang olahraga yang dipelajari, di antaranya adalah pelajaran bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang diajarkan di SMP dan merupakan salah satu program pokok pelajaran pendidikan jasmani (Rukmana, Abduloh, & Hidayat, 2020). Tujuan dasar permainan bola voli, adalah memainkan bola untuk menyeberangi atau melewati bola dari bagian atas jaring atau net (Tapo, 2019). Untuk mencapai tujuan yang diinginkan pihak sekolah biasanya menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler untuk menyalurkan bakat, minat dan menambah wawasan pengetahuan peserta didik. Menurut Pili, Wani & Wea (2019) ekstrakurikuler merupakan kegiatan diluar kurikulum yang dapat menambah pengetahuan keterampilan peserta didik dan sarana untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 20 – 23 Februari 2023 di SMP Negeri 46 Palembang pada materi bola voli diketahui bahwa pada saat melakukan *smash* kurang tepat, hal ini dikarenakan kurangnya tinggi lompatan pada saat melakukan *smash* pada permainan bola voli. Pelatih belum pernah memberikan latihan yang mengarah pada kemampuan lompatan *smash* bola voli. Sebelum memulai permainan bola voli dalam kegiatan ekstrakurikuler, peserta didik hanya melakukan pemanasan dan latihan fisik seperti lari dan push up. Dari permasalahan tersebut, maka dibutuhkan latihan yang bervariasi untuk meningkatkan kemampuan lompatan *smash* dalam permainan bola voli. Peserta didik yang mengikuti

ekstrakurikuler di SMP Negeri 46 Palembang sebanyak 29 peserta didik yang merupakan pemula dalam bermain bola voli. Ekstrakurikuler dilakukan seminggu dua kali pada hari Rabu dan Minggu.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, perlu adanya latihan untuk meningkatkan kemampuan lompatan *smash* pada permainan bola voli. Untuk hasil yang baik dalam melakukan *smash*, diperlukan kemampuan melompat yang tinggi (Oktarina, Oktarina, & Hardiyono, 2020). Salah satu latihan untuk meningkatkan kemampuan kekuatan adalah latihan lompat gawang dan latihan *skipping*. Luhung (2021) menyatakan latihan lompat gawang merupakan latihan melompat dengan alat yang berguna untuk menambah power otot tungkai dan kecepatan gerak pada atlet untuk mengukur seberapa tinggi loncatan. Sedangkan menurut Abduh, Basri & Mentara (2019) latihan *skipping* merupakan latihan yang dilakukan dengan cara melompat ke atas yang dilakukan berulang-ulang dengan tali sebagai medianya. Latihan tersebut dapat digunakan untuk melatih peserta didik agar kemampuan hasil *smash* dapat maksimal.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Latihan Lompat Gawang dan Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan Lompatan *Smash* Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler SMP”**.

1.2 Masalah Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka beberapa masalah yang teridentifikasi adalah sebagai berikut:

- a. Tidak adanya latihan yang bervariasi dari pelatih dalam melakukan lompatan *smash*.
- b. Kemampuan lompatan saat melakukan *smash* masih rendah.

1.2.1 Pembatasan Lingkup Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka batasan lingkup masalah dalam penelitian ini, yaitu pengaruh latihan lompat gawang dan latihan *skipping* terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMP.

1.2.2 Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian penelitiannya adalah sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh latihan lompat gawang terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada ekstrakurikuler SMP Negeri 46 Palembang?
2. Adakah pengaruh latihan *skipping* terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada ekstrakurikuler SMP Negeri 46 Palembang?
3. Adakah perbedaan latihan lompat gawang dan latihan *skipping* terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada ekstrakurikuler SMP Negeri 46 Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui adakah pengaruh latihan lompat gawang terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada ekstrakurikuler SMP Negeri 46 Palembang.
2. Untuk mengetahui adakah pengaruh latihan *skipping* terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada ekstrakurikuler SMP Negeri 46 Palembang.
3. Untuk mengetahui adakah perbedaan latihan lompat gawang dan latihan *skipping* terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli pada ekstrakurikuler SMP Negeri 46 Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi seluruh pihak yang terkait. Adapun manfaat penelitian dilihat dari segi teoritis dan praktis.

a. Manfaat Teoritis

Manfaat secara teoritis dari penelitian ini sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya dan bahan referensi dalam memberikan materi latihan kepada peserta didik ekstrakurikuler bola voli.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan bagi peserta didik untuk meningkatkan kemampuan lompatan *smash* bola voli di ekstrakurikuler SMP.

2) Bagi Pendidik

Penelitian ini di harapkan bagi pendidik agar lebih peka terhadap kemampuan lompatan *smash* bola voli, serta dijadikan latihan untuk peningkatan kemampuan

lompatan smash bola voli melalui latihan lompatan gawang dan latihan skipping di ekstrakurikuler SMP.

3) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan terutama pihak sekolah mengenai pengaruh latihan lompat gawang dan latihan skipping terhadap kemampuan lompatan smash bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMP sebagai variasi koordinasi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

4) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan dalam hal yang berkenaan dengan bola voli, serta bermanfaat sebagai wawasan dalam melakukan kajian ilmiah.