

## BAB I PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran kestabilan emosi, perbuatan bermoral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan serta sistematis untuk mewujudkan pendidikan nasional (Irawan & Prayoto, 2021; Phytanza dkk, 2022; Pramantik, 2021). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hanya berpusat pada guru dan tidak menitik beratkan pada bakat siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan tumbuh kembang anak, serta isi dan materi modul dan materi disesuaikan agar menarik dan menyenangkan (Burhaein dkk; 2022 Prasetya, 2021; Sulistianoro, Setyawan 2021).

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Di Indonesia sudah sangat akrab dalam kehidupan keluarga, masyarakat, berbangsa dan bertanah air, dari anak-anak sampai orang tua, dari orang biasa sampai para pejabat, dari desa sampai ke kota, laki-laki dan perempuan, semua kenal olahraga bahkan di masa media, baik cetak maupun elektronik terdapat ruangan khusus beserta olahraga (Suherman, Mulyana, 2013; 10).

Proses pendidikan disekolah adalah suatu hal yang perlu direncanakan secara cermat. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah bagian integral dari pendidikan total yang berusaha mencapai tujuan pengembangan kebugaran jasmani, mental, sosial, dan emosional bagi masyarakat dengan wahana aktivitas jasmani (Nanda et al., 2021; Sibarani & Manurung, 2021; Widiyono & Mudiono, 2021).

Bolavoli adalah salah satu olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak hingga orang dewasa. Permainan bolavoli pada dasarnya memiliki 2 prinsip yaitu teknik dan psikis (Fradejas Espada-Mateos, 2018). Prinsip tekniknya adalah pemain memutar bola dengan pinggang keatas, melambung di udara melewati net untuk menjatuhkan bola ke lapangan lawan guna meraih kemenangan secara sportif. Secara psikis adalah bermain dengan gembira dan kerjasama yang baik (Mazur & Superlak, 2018; Suzianto & Damanik, 2014.). permainan bolavoli adalah permainan beregu yang terdiri dari lebih dari satu orang pemain, sehingga keberhasilan dalam bermain sangat ditentukan oleh sportvitas dan kerjasama pemain. Prinsip permainannya cukup sederhana yaitu memainkan bola sebelum bola menyentuh lantai lapangan (Kristiawan & Sukadiyanto, 2016; Purwanto, Lumintuarso, dkk., 2021). Melakukan gerakan voli atau memantulkan bola ke udara dapat menggerakkan seluruh anggota tubuh mulai dari ujung kaki hingga ujung kepala dengan pantulan yang sempurna.

Teknik dasar bolavoli yaitu servis, *passing*, *smash* dan *block*. Diantara beberapa teknik dasar diatas, yang harus dikuasai terlebih dahulu dalam permainan bolavoli adalah *passing* khususnya *passing* bawah hal ini karena,

*passing* bawah memiliki tujuan untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangannya sendiri. Apabila penyajian bola dari *passing* bawah baik maka pengumpan bola (*set-up*) akan mudah melakukan serangan dan mendapatkan nilai dan sebaliknya jika penyajian *passing* bawahnya tidak baik maka pengumpan (*set-up*) akan mengalami kesulitan pada saat mengumpan. (Wiguna dan Arwandi, J.2019 : 50).

*Passing* bawah yaitu *passing* yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan, dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran(Saputra, dkk 2019:66). Penguasaan teknik *passing* yang baik; kemampuan atlet mengendalikan bola yang datang dari berbagai arah dalam situasi tertentu. Kemampuan atlet dalam mengontrol dan mengendalikan bola dengan cara *mepassing* merupakan hal yang penting dalam sebuah permainan bolavoli. Dengan demikian maka seorang pemain bolavoli harus memiliki kemampuan *passing* bawah yang baik, sehingga situasi dan kondisi pertandingan dapat dikendalikan.

Ekstrakurikuler adalah suatu wadah untuk siswa memperluas pengetahuan, mengembangkan minat dan bakatnya diluar jam sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik diluar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasam satuan pendidikan (Widiyanti dkk, Permendikbud Nomor 62, pasal I ayat I, 2014).

Berdasarkan pengamatan peneliti dalam pembelajaran bolavoli di ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Keluang peneliti menemukan permasalahan siswa belum bisa melakukan *passing* bawah dengan benar, ketepatan lengan dalam melakukan *passing* bawah masih kurang, seperti posisi kaki, perilaku badan, tekanan bola pada tangan, dan arah bola setelah dioper kurang sesuai dengan tujuan yang di inginkan. Akan tetapi kesalahan yang dilakukan peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Keluang merupakan kekurangan yang masih bisa diperbaiki dengan melakukan latihan terus menerus dengan metode latihan yang tepat.

Untuk mengarah pada maksud tersebut peneliti mengangkat salah satu penelitian yang berkaitan dengan masalah peningkatan prestasi peserta didik ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Keluang bahwa, *passing* bawah yang dilakukan kurang optimal. Dalam hal ini guna mengetahui metode latihan yang cocok dengan masalah yang ada pada ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Keluang, Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“PENGARUH LATIHAN DENGAN MEDIA DINDING (*WALL BOUNCE*) TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI EKSTRAKURIKULER SMK NEGERI 1 KELUANG”**

## 1.2.Masalah Penelitian

### 1.2.1 Pembatasan Lingkup Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas agar penelitian tidak menyimpang dari pokok permasalahan, yaitu penerapan latihan *passing* bawah menggunakan media tembok (*wall bounce*) yang dipilih sebagai metode latihan dalam upaya peningkatan *passing* bawah dalam permainan bolavoli.

### 1.2.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini apakah terdapat pengaruh Latihan menggunakan media dinding (*wallbounce*) terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli khususnya siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Keluang ?

## 1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *passing* bawah menggunakan media tembok (*wall bounce*) terhadap hasil kemampuan *passing* bawah pada permainan bolavoli pada kegiatan siswa ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Keluang.

## 1.4.Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi siswa ekstrakurikuler siswa sebagai subjek penelitian dapat mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah bolavoli dirinya, dan siswa akan termotivasi untuk giat berlatih.
2. Bagi guru penelitian ini digunakan sebagai bahan ajar dalam meningkatkan prestasi peserta didik.

3. Dapat menjadi sumber dan masukan untuk penelitian selanjutnya Untuk mengetahui pengaruh Latihan *passing* bawah menggunakan media tembok (*wall bounce*) terhadap peningkatan *passing* bawah pada permainan bolavoli.

#### 1.4.2 Manfaat Teoris

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat menjadi tambahan kajian mengenai permainan bolavoli. Mengembangkan teori latihan olahraga yang lebih efektif dan efisien, serta menjadi referensi bagi peneliti yang ingin mengembangkan penelitian serupa.