

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian penting dalam proses pendidikan karena tidak hanya menekankan pada aspek fisik, tetapi juga membentuk sikap, pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan hidup sehat peserta didik. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, peserta didik memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui aktivitas gerak yang terencana. Oemar Hamalik tahun 2011 menjelaskan bahwa pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun dari unsur manusia, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling memengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa pembelajaran pendidikan jasmani harus dirancang secara sistematis agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

Salah satu materi dalam pendidikan jasmani yang sangat menarik dan bermanfaat adalah permainan bola voli. Nuril Ahmadi tahun 2007 menjelaskan bahwa bola voli adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan menjatuhkan bola ke daerah lawan melewati net untuk memperoleh angka. Permainan ini menuntut kerja sama tim, konsentrasi, keterampilan teknik dasar, serta kondisi fisik yang baik. Teknik dasar dalam bola voli meliputi *servis*, *passing*, *blocking*, dan *smash*. Dari berbagai teknik

tersebut, smash menjadi salah satu teknik yang sangat penting karena digunakan sebagai bentuk serangan utama untuk mendapatkan poin.

Dieter Beutelstahl tahun 2013 menyatakan bahwa smash merupakan bentuk serangan utama dalam permainan bola voli yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, koordinasi gerak, dan daya ledak otot tungkai yang baik. Smash yang dilakukan dengan baik akan memberikan peluang lebih besar bagi tim untuk memperoleh angka karena bola dapat diarahkan ke area yang sulit dijangkau lawan. Oleh karena itu, kemampuan smash sangat menentukan keberhasilan suatu tim dalam pertandingan bola voli.

Dalam proses latihan, pola latihan smash perlu disusun secara terencana, sistematis, dan berkesinambungan agar kemampuan atlet berkembang secara optimal. Pola latihan yang baik tidak hanya menekankan pada pengulangan gerakan, tetapi juga memperhatikan tahapan teknik, kondisi fisik, dan ketepatan sasaran. Jika pola latihan smash tidak tersusun dengan baik, maka hasil latihan menjadi kurang maksimal dan kemampuan atlet sulit berkembang secara konsisten.

Berdasarkan hasil pengamatan awal pada tim SMK Negeri 2 Soe, masih ditemukan variasi kemampuan smash pada atlet. Selain itu, pola latihan smash yang diterapkan belum terdokumentasi secara jelas dan sistematis. Hal ini menimbulkan pertanyaan tentang bagaimana sebenarnya pola latihan smash bola voli yang digunakan oleh pelatih dalam membina kemampuan atlet. Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui

dan mendeskripsikan pola latihan smash bola voli pada tim SMK Negeri 2 Soe.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan smash atlet masih bervariasi.
2. Pola latihan smash yang diterapkan belum terdokumentasi secara sistematis.
3. Belum diketahui secara jelas latihan smash yang digunakan oleh pelatih.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti dengan hanya berfokus pada pola latihan smash bola voli pada tim SMK Negeri 2 Soe.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah di atas, penulis merumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana pola latihan smash bola voli pada tim SMK Negeri 2 Soe.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan pola latihan smash bola voli pada tim SMK Negeri 2 Soe.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan referensi mengenai pola latihan smash bola voli.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pelatih sebagai bahan evaluasi program latihan.
- b. Bagi atlet sebagai bahan peningkatan kemampuan smash.
- c. Bagi Sekolah sebagai bahan pengembangan prestasi olahraga.