

## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

SMAN 4 Metro adalah lembaga pendidikan menengah atas yg membantu mendidik siswa untuk dapat menjadi manusia yang mandiri seutuhnya, kegiatan pembelajaran di lembaga pendidikan SMAN 4 Metro ini meliputi pendidikan agama, sosial, pengetahuan, dan lain sebagai nya. Lembaga pendidikan SMAN 4 Metro ini juga membantu program pemerintah untuk mengajarkan pendidikan standar nasional.

Didalam pembelajaran lembaga pendidikan SMAN 4 Metro ini memberikan kebebasan kepada para siswa untuk berprestasi baik dibidang ilmu pengetahuan maupun bidang lain seperti olahraga, yang diajarkan melalui pelajaran pendidikan jasmani.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Untuk itu dalam Pendidikan Jasmani diperlukan sarana dan

prasarana yang memadai dan penggunaannya dapat disesuaikan dengan karakteristik siswa yang menggunakannya agar guru dapat memberikan materi pelajaran dengan baik dan siswa mampu menguasai tugas gerak pada berbagai cabang olahraga, meningkatkan kualitas unjuk kerja (*performance*) dan kemampuan belajar dan kesehatannya.

Aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dilakukan melalui jalur sekolah dapat dilaksanakan di dalam dan di luar jam pelajaran yang ada pada kurikulum. Di dalam jam pelajaran kurikulum aktivitas jasmani untuk pembinaan olahraga dilakukan dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, sedangkan di luar jam pelajaran disebut kegiatan ekstrakurikuler. Dalam KTSP kegiatan tersebut lazim disebut Pengembangan Diri.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian integral dari pendidikan itu sendiri. Kegiatan-kegiatan yang akan dilaksanakan pada ekstrakurikuler dipilih dan dikembangkan dengan menyesuaikan karakteristik peserta didik dan kondisi sekolah masing-masing. Pengembangan diri bertujuan untuk menyalurkan bakat, minat dan potensi peserta didik dengan maksud menjaring siswa-siswa yang kompeten sejak dini, sehingga dapat dilakukan pembinaan lebih awal dan yang dilakukan secara berjenjang dan juga memberikan kemungkinan perkembangan sosial, kultural dan keterampilan yang dapat dimanfaatkan sebagai anggota masyarakat untuk mengembangkan dirinya dan membangun masyarakat.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang ada dalam pengembangan diri di sekolah adalah cabang olahraga bolavoli. Permainan bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan bolavoli adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Dalam tujuan pengembangan diri bolavoli sebagai media penyaluran bakat dan minat yang pada akhirnya pembinaan prestasi, pengembangan diri bolavoli berupaya melatih siswa menguasai keterampilan yang menunjang dalam permainan bolavoli. Keterampilan-keterampilan itu berupa keterampilan dasar seperti passing bawah, passing atas, smash, servis bawah, passing atas, blocking dan lainnya. Penguasaan keterampilan bolavoli diperlukan agar permainan dapat berjalan dengan baik.

Dalam bermain bola voli salah satu teknik yang harus dikuasai seorang pemain adalah passing. Passing merupakan usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri. Teknik passing yang baik adalah yang dapat mengoperkan atau mengumpan, untuk dapat di smash, dan diusahakan dapat langsung menghasilkan point.

Gerak dasar passing atas bukan merupakan gerakan yang mudah. Hal ini disebabkan karena pada waktu melakukan gerakan tersebut siswa harus mempunyai penguasaan teknik dasar passing atas dengan baik. Oleh karena itu maka untuk meningkatkan penguasaan gerak dasar passing atas perlu dilatih

secara baik dan benar. Untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar passing atas dapat dilakukan dengan metode langsung dan tidak langsung.

Kedua metode ini dianggap metode yang paling baik sebab dengan kedua metode latihan tersebut akan menyebabkan penguasaan bola oleh pemain lebih bervariasi, mudah dikuasai dengan baik sehingga bola mudah di arahkan.

Bentuk latihan tersebut memiliki kelebihan dan kekurangan sehingga belum diketahui secara pasti keefektifan dan keberhasilannya terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar passing atas. Oleh karena itu perlu dikaji dan diteliti secara lebih mendalam, baik secara teoritis maupun praktik melalui eksperimen.

Berdasarkan observasi peneliti di SMAN 4 Metro, pengembangan diri yang ada di SMAN 4 terdiri dari Rohis, Seni, IPA, Bahasa Inggris dan Olahraga (seperti bola voli, bola basket, sepak bola, softball dan bulutangkis). Pengembangan diri ini dilaksanakan satu kali dalam satu minggu (hari sabtu) dengan alokasi waktu 3 x 40 menit. Pada pengembangan diri bola voli, peneliti melihat masih banyak siswa belum menguasai keterampilan gerak dasar passing atas. Masih kurangnya penguasaan pada teknik dasar ini terlihat pada arah bola yang tidak terarah.

Untuk mengetahui permasalahan tersebut, metode langsung dan tidak langsung terhadap peningkatan keterampilan passing atas dapat dilatihkan pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro. Berdasarkan kenyataan bahwa aspek-aspek yang menopang pencapaian keberhasilan perlu ditingkatkan secara optimal. Salah satu aspek yang perlu ditingkatkan dan dikembangkan adalah aspek gerak dasar. Kemampuan penguasaan gerak dasar passing atas para siswa tersebut

masih perlu lebih ditingkatkan. Hal ini dapat dilihat dalam proses pembelajaran bahwa para siswa dalam melakukan gerakan passing atas masih kurang baik. Hal ini disebabkan karena gerak dasar passing atas yang kurang baik, dilihat dari posisi kaki, badan dan tangan yang tidak tepat untuk melakukan gerakan tersebut. Gerak dasar dan posisi kaki, badan, dan tangan yang kurang tepat inilah yang mengakibatkan gerakan passing atas menjadi tidak sempurna.

Oleh karena itu untuk mengatasi masalah-masalah tersebut para siswa harus belajar secara baik dan teratur dengan metode langsung dan tidak langsung. Kedua latihan tersebut merupakan cara untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar passing atas.

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka penelitian ini mengambil judul ” Pengaruh Metode Langsung dan Tidak Langsung Terhadap keterampilan Gerak Dasar Passing Atas Pada Siswa Putri Ekstrakurikuler di SMAN 4 Metro”.

Dengan harapan melalui penggunaan alat bantu akan tercapai keberhasilan pembelajaran sekaligus memberikan pengalaman yang menyenangkan dalam pembelajaran olahraga bola voli khususnya pada passing atas sehingga anak tertarik untuk mengenal lebih jauh olahraga bola voli dalam tujuannya pencarian atlet berbakat sejak dini.

## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah penulis kemukakan, maka permasalahan yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kemampuan penguasaan teknik dasar dan kondisi fisik pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro masih kurang.
2. Kemampuan penguasaan teknik dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro masih kurang.
3. Gerak dasar passing atas siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro masih kurang.
4. Posisi kaki, badan, dan tangan siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro masih kurang.
5. Metode latihan langsung dan tak langsung merupakan cara untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar passing atas.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, untuk memudahkan penelitian perlu pembatasan yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah Mengetahui Pengaruh Metode Langsung dan Tidak Langsung Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Passing Atas Pada Siswa Putri Ekstrakurikuler di SMAN 4 Metro.

#### **D. Rumusan Masalah**

Sesuai latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah metode langsung dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro ?
2. Apakah metode tidak langsung dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro ?
3. Adakah perbedaan antara metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro ?
4. Adakah pengaruh antara metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro ?
5. Manakah yang lebih baik pengaruhnya antara metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui pengaruh metode langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro.

2. Untuk mengetahui pengaruh metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro.
3. Untuk mengetahui pengaruh antara metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro.
4. Untuk mengetahui latihan yang lebih efektif antara metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro.
5. Untuk memperoleh data dan fakta mana yang lebih efektif dari metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas pada siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Dengan penelitian ini penulis berharap antara lain :

1. Bagi siswa putri yang memilih ekstrakurikuler bolavoli sebagai pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar passing atas.
2. Bagi Peneliti  
Ingin mengetahui secara jelas metode mana yang lebih baik antara metode langsung dan metode tidak langsung terhadap keterampilan gerak dasar passing atas bolavoli.

3. Bagi pelatih bolavoli maupun guru pendidikan jasmani, sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan bolavoli khususnya passing atas dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
4. Bagi program studi, dalam upaya pengkajian dalam pengembangan ilmu Biomekanik untuk diaplikasikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya bolavoli.

### **G. Ruang Lingkup Penelitian**

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah :

1. Tempat penelitian dilaksanakan di SMAN 4 Metro.
2. Objek penelitian yang di amati adalah keterampilan gerak dasar passing atas melalui metode langsung dan metode tidak langsung.
3. Subjek penelitian yang diamati adalah siswa putri ekstrakurikuler bolavoli di SMAN 4 Metro.