

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Olahraga merupakan sebuah aktifitas fisik yang mana tujuan dari berolahraga adalah mencapai prestasi setinggi-tingginya dengan semaksimal mungkin bagi mereka baik yang dia dalam individu maupun tim. Untuk mendapatkan prestasi di bidang olahraga yang digeluti diharapkan mendapat ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat.

Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim berjumlah 6 orang. Setiap pemain memiliki keterampilan khusus yakni sebagai pemukul, pengumpan, dan *libero*. Permainan bola voli dimainkan menggunakan satu bola dipantulkan dari satu pemain ke pemain lain dengan cara *passing* yang diakhiri dengan *smash* pada tim lawan, dan untuk kedua tim dipisahkan oleh net dengan ketinggian tertentu (Muhyi, 2008). Tujuan utama dalam permainan ini adalah memukul bola ke arah bidang lapangan lawan sedemikian rupa sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga sentuhan yang terdiri dari operan lengan depan kepada pengumpan yang selanjutnya diberikan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke bidang lapangan lawan.

Saat ini permainan bola voli sudah berkembang menjadi salah satu cabang olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari di dunia. Permainan

ini bisa dilakukan oleh semua kalangan masyarakat, mulai dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat desa maupun kota.

Permainan bola voli sangat digemari oleh masyarakat karena permainannya yang mudah dilakukan, dan tidak membutuhkan ruang yang cukup luas, sehingga banyak dijumpai lapangan bola voli di berbagai daerah. Permainan bola voli walaupun mudah dimainkan memerlukan keterampilan dasar bermain yang memadai. Beberapa keterampilan dasar tersebut meliputi *passing* atas dan *passing* bawah, *smash*, *block*, serta servis yang meliputi servis bawah, servis atas dan servis lompat (*Jumping Service*).

Kemajuan dan perkembangan permainan bola voli yang terjadi saat ini sangatlah baik untuk itu diharapkan agar banyak yang memberikan kontribusi dalam pengembangan, penciptaan temuan-temuan baru yang berupa bentuk-bentuk latihan yang lebih baik untuk kedepannya meliputi aspek fisik, teknik, dan taktik/strategi serta mental. Sehingga setiap masalah yang akan dihadapi dapat diatasi dengan terus membenahi diri, dengan cara mengembangkan, mengevaluasi dan memperbaiki dari segala sektor pendukung serta terus mencari metode dan teknik yang lebih efektif dan efisien agar dapat menghasilkan atlet yang prestasinya lebih baik dan akhirnya memperoleh tim yang lebih berprestasi.

Salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah *smash*. *Smash* merupakan teknik yang memiliki peluang lebih besar untuk mendapatkan angka dibandingkan teknik lainnya. Selain itu, *smash* merupakan teknik yang lebih disukai atlet ataupun penonton saat menyaksikan pertandingan bola voli. *Smash* adalah tindakan memukul bola ke bawah dengan tenaga penuh,

biasanya meloncat ke atas, masuk ke bagian lapangan lawan (Robinson, 1993: 13). *Smash* merupakan teknik bermain bola voli yang diajarkan atau dilatihkan kepada setiap atlet atau siswa yang belajar bermain bola voli pada mata pelajaran olahraga di sekolah maupun di klub-klub bola voli. Teknik *smash* adalah teknik paling sulit dan memiliki gerakan yang kompleks sehingga teknik *smash* harus dilatihkan pada atlet sejak dini karena pada usia dini merupakan tahap yang rentan dengan kesalahan gerak. Bimbingan dari pelatih secara baik harus dilakukan untuk mengoptimalkan teknik atlet. Atlet yang telah lama terbiasa dengan gerakan *smash* yang salah akan sulit diperbaiki dan dapat menghambat pencapaian prestasi maksimal. Berbagai anggapan yang paling penting dalam pelaksanaan *smash* adalah menghasilkan angka atau tidak.

Dari ungkapan di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan *smash* adalah keterampilan yang paling sulit dan paling penting dibandingkan keterampilan bola voli lainnya. Dengan menguasai keterampilan tersebut berarti dapat menjalankan pertandingan dengan baik. Dan yang harus diketahui bahwa keterampilan *smash* yang baik sangatlah penting dalam permainan bola voli, dengan menguasai keterampilan *smash* berarti kita dapat menyerang lawan dengan baik dan dapat menghasilkan angka untuk tim sendiri dan memberi kemenangan untuk tim.

Dari hasil pengamatan peneliti selama mengikuti beberapa pertandingan bola voli, dalam pertandingan bola voli peneliti berpartisipasi menjadi wasit pertandingan bola voli, salah satunya Pekan Olahraga Pelajar Daerah Sumatera Utara (POPDASU) di lapangan UNIMED pada tanggal 16-19 Mei 2016. Peneliti

mengamati pada saat bertanding, pukulan *smash* yang dilakukan para pemain sangat jarang menghasilkan poin. Adapun beberapa atlet yang melakukan *smash* dengan baik, namun masih banyak yang belum dapat menghasilkan poin.

Peneliti melanjutkan pengamatan ke beberapa *club* dan ekstrakurikuler yang masih aktif di Deli Serdang, *club* atau ekstrakurikuler pertama yang peneliti amati adalah *club* ekstrakurikuler YP Sinar Husni. YP Sinar Husni merupakan suatu wadah untuk tempat berlatih bola voli, khususnya pelajar putra dimana konsep yang diberikan sudah mengacu pada konsep latihan itu sendiri. Tetapi peneliti melihat dalam variasi latihan *smash* masih kurangnya variasi yang diberikan oleh pelatih.

Pernyataan pelatih dari hasil wawancara pelatih dengan peneliti pada tanggal 21 Juli 2016 mendapatkan pernyataan bahwa variasi latihan *smash* yang selama ini digunakan hanya variasi latihan biasa, yaitu si pemukul memberi bola kepada pengumpan, lalu pengumpan memberi bola kepada pemain *libero* dan setelah itu memberi umpan ke pemukul untuk dipukul.

Pengamatan peneliti kedua pada tanggal 14 Agustus 2016 di *club* bola voli YP Nurul Amaliyah Tanjung Morawa. YP Nurul Amaliyah Tanjung Morawa merupakan suatu wadah untuk berlatih atlet bola voli pelajar putra dan putri di kabupaten Deli Serdang, dimana latihan yang digunakan sudah bagus dan tersusun dikarenakan kedua *club* bola voli tersebut dilatih oleh pelatih yang berpengalaman. Namun peneliti juga melihat bahwa variasi latihan *smash* yang digunakan pada saat berlatih masih sedikit.

Pernyataan pelatih dari hasil wawancara pelatih dengan peneliti mendapatkan pernyataan bahwa dalam berlatih juga menerapkan variasi latihan biasa seperti yang dilakukan di YP Sinar Husni, hanya saja ditambahkan dengan sedikit menerima *passing*. Pelatih beranggapan bahwa fokus utama adalah latihan fisik dan menerapkan latihan *smash* langsung pada saat bertanding, sehingga waktu latihan tidak terbuang untuk melakukan banyak variasi latihan *smash*.

Dari ungkapan-ungkapan di atas maka peneliti melakukan analisis kebutuhan. Setelah penulis melakukan analisis kebutuhan kepada atlet didapatkan informasi 100% atlet memahami penguasaan latihan *smash* akan sangat mendukung pencapaian prestasi yang tinggi. 50% yang menyatakan kesulitan dalam melakukan latihan *smash*. 100% atlet menginginkan dapat menguasai berbagai variasi latihan *smash* yang baik. 100% atlet menyatakan perlunya variasi latihan *smash* untuk dimasukkan dalam program latihan. Selanjutnya dilakukan membuat pernyataan kepada para pelatih dan atlet, hasil dari pernyataan tersebut telah dicantumkan dalam lampiran.

Dari berbagai ungkapan di atas dapat disimpulkan bahwa seluruh masyarakat bola voli membutuhkan adanya variasi yang baru dalam melatih *smash* yang variasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan prestasi.

Hasil yang dikemukakan di atas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dikembangkan variasi latihan *smash*, yang nantinya diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kemampuan *smash* bola voli sehingga diharapkan dapat mempertinggi prestasi atlet bola voli.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan penelitian ini dikemukakan pada beberapa bentuk pertanyaan :

1. Bagaimanakah pengembangan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli di kota Medan?
2. Apakah pengembangan variasi latihan *smash* diperlukan oleh atlet bola voli?
3. Seberapa penting pengembangan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli?
4. Apa sajakah faktor yang mempengaruhi pengembangan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli?
5. Berapa pentingkah pengembangan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli?
6. Apakah manfaat pengembangan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli?

## C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dituliskan di atas maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi maka penulis berfokus kepada pengembangan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli.

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

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang dituliskan diatas maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimanakah pengembangan variasi latihan *smash* bola voli dibutuhkan pada atlet bola voli yang baik dan dapat meningkatkan prestasi kedepannya, apa sajakah bentuk variasi latihan *smash* bahu yang perlu untuk dikembangkan?

#### **E. Spesifikasi Produk**

Produk yang dikembangkan pada penelitian pengembangan ini adalah variasi latihan *smash* yang baru pada atlet bola voli. Produk yang diharapkan dalam penelitian pengembangan ini berusaha untuk membuat variasi latihan *smash* yang efektif dan efisien, sehingga diharapkan dapat menjadi daya tarik untuk atlet dan pelatih. Produk yang dihasilkan diharapkan dapat menambah kemampuan atlet dan diharapkan dapat mempertinggi prestasi atlet bola voli.

#### **F. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian pengembangan ini untuk mengembangkan variasi latihan *smash* pada atlet bola voli dan menghasilkan bentuk variasi latihan *smash* yang baru dalam olahraga bola voli.

### **G. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti sebagai penambah wawasan dan pengetahuan, sebagai masukan kepada pelatih untuk memberbudayakan variasi latihan dalam sesi latihan, sebagai masukan kepada atlet yang berlatih, sebagai bahan masukan kepada calon-calon peneliti berikutnya, khususnya bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan.

