

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari semua lapisan masyarakat di Indonesia. Olahraga ini dapat dimainkan mulai dari tingkat anak-anak sampai orang dewasa, baik pria maupun wanita. Pada awal mulanya bermain bola voli untuk tujuan rekreasi untuk mengisi waktu luang atau sebagai selingan setelah lelah bekerja atau belajar. Selain tujuan-tujuan tersebut banyak orang berolahraga khususnya bermain voli untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani atau kesehatan. Kemudian berkembang ke arah tujuan yang lain, seperti tujuan prestasi yang tinggi untuk meningkatkan prestasi diri, mengharumkan nama daerah, bangsa, dan negara (Asep Kurnia, 2007: 14).

Apabila bermain bola voli bertujuan untuk memperoleh prestasi, maka dalam bermain harus dilakukan sungguh-sungguh dan dibutuhkan koordinasi gerak yang baik dari setiap pemain. Untuk menciptakan suatu koordinasi dan kerjasama yang baik melalui kombinasi teknik, setiap tim bola voli membutuhkan latihan organisasi tim yang sesuai dengan taktik dan strategi yang diterapkan.

Selanjutnya untuk memperoleh hasil yang memuaskan dalam permainan bola voli, diperlukan penguasaan teknik dasar. Sarumpaet (1991: 133) menyatakan bahwa penguasaan teknik dasar bola voli merupakan unsur yang menentukan kalah dan menangnya regu dalam pertandingan. Oleh karena itu, teknik dasar permainan harus benar-benar dikuasai lebih dahulu agar dapat

mengembangkan untuk pertandingan lancar dan teratur. Penguasaan teknik-teknik dasar yang baik merupakan awal dari taktik permainan yang baik pula. Teknik dasar bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah teknik dasar servis, teknik dasar *passing*, teknik dasar *smash*, dan teknik dasar *blocking*.

Dalam permainan bola voli, salah satu unsur utama yang penting adalah *smash*, *smash* adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan *smash* ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan meloncat yang tinggi. *Smash* yang baik dan terarah suatu tim akan berkesempatan sebagai *smasher* haruslah digunakan sebaik-baiknya untuk melakukan serangan karena bola yang akan dipukul sepenuhnya di bawah kendali *smasher* itu sendiri, kemana saja bola di arahkan dan seberapa keras pukulannya yang diinginkan tergantung pada *smasher* (M. Yunus, 1992 : 68).

Agar hasil *smash* dapat dilakukan dengan baik dan efisien juga didukung dari berbagai aspek yang memiliki hubungan yang erat pada pelaksanaan teknik *smash* seperti *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang, dan *power* otot tungkai yang baik. Agar teknik *smash* dapat efektif dan tepat pada sasaran yang sulit dijangkau lawan maka aspek pendukung diatas harus ditingkatkan.

Taruna Voli *Club* Medan berdiri pada tahun 2005 memiliki prestasi yang bagus dalam pembinaan atlet muda di Medan Johor Sumatera Utara. Dengan umur tim yang masih dikategorikan baru namun banyak masyarakat yang antusias untuk mengikut sertakan anaknya dalam pembinaan khususnya dalam bola voli.

Taruna Voli *Club* Medan Johor ini dipimpin oleh bapak Tommy Arisman S.Pd, manajemen tim Taruna Voli *Club* ini cukup baik dimana terdiri dari dua orang pelatih yang mahir dalam bidangnya yaitu pelatih fisik dan pelatih teknik. Lokasi pembinaan Taruna Voli *Club* berada di Jln. Karya jaya No.196 dan jumlah lapangan untuk sesi latihan terdiri dari dua lapangan voli. Pola pembinaan prestasi pada tim bola voli Taruna Voli *Club* cukup tertata rapi mulai dari program latihan teknik, program latihan teknik, strategi bermain dan program mental yang diterapkan. Jumlah atlet yang bergabung di Taruna Voli *Club* cukup banyak dengan populasi 20 orang, yang terdiri dari atlet junior dan atlet senior. Prestasi yang sudah diraih oleh Taruna Voli *Club* cukup membanggakan jika melihat belianya suatu tim bola voli, prestasi yang pernah diraih oleh Taruna Voli *Club* yaitu:

1. Juara 2 kejuaraan voli sekecamatan Medan Johor pada Tahun 2009.
2. Juara 3 Voli Cup sekacamatan Medan Johor pada Tahun 2010.
3. Juara 3 Piala Hubdam 1/BB pada Tahun 2013.
4. Juara Harapan 1 Voli Cup Medan Tuntungan tahun 2013.
5. Juara 1 Piala Sejati Medan Johor Tahun 2014.

Melihat capaian prestasi Taruna Voli *Club* tersebut dapat disimpulkan Taruna Voli *Club* memiliki potensi dalam membina dan menciptakan atlet-atlet bola voli yang memiliki skill bola voli yang baik. Dengan program kegiatan latihan yang diadakan sebagai salah satu upaya pembinaan bagi atlet muda seusai pulang dari sekolah. Keberadaannya kegiatan ini sangat diperlukan bagi atlet sebagai media untuk mengembangkan potensi diri, melalui aktifitas olahraga

serta mampu mengembangkan kemampuan yang dimiliki atlet semaksimal mungkin

Berdasarkan hasil paparan tersebut bahwa *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai mempunyai hubungan atau korelasi yang cukup dominan dalam hal kemampuan *smash*. Secara teoritis, faktor-faktor penentu kemampuan tersebut dapat di pertanggung jawabkan kebenarannya, namun perlu dibuktikan secara empiris bagaimana hubungan faktor-faktor tersebut terhadap kemampuan *smash*.

Dengan Kondisi yang demikian seorang pelatih harus mampu mengevaluasi dari semua faktor, baik dari pihak pelatih sendiri atau pun dari pihak atlet. Diharapkan dengan perbaikan teknik *smash* yang merupakan faktor penting dalam permainan bola voli dan kemampuan bermain bola voli atlet Taruna Voli Club terutama kemampuan *smash* bisa meningkat. *Power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai diasumsikan banyak memberikan sumbangan terhadap pencapaian hasil *smash* dalam permainan bola voli atlet Taruna Voli Club dalam mengikuti sesi latihan maupun pertandingan. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti seberapa besar hubungan *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* bola voli pada atlet Taruna Voli Club Tahun 2017.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *smash* permainan bola voli?.
2. Bagaimanakah hubungan kelentukan otot pinggang dengan kemampuan *smash* permainan bola voli?.
3. Bagaimanakah hubungan *power* otot tungkai dengan kemampuan *smash* permainan bola voli?.
4. Bagaimanakah hubungan *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai dengan kemampuan *smash* permainan bola voli?.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah serta agar penelitian ini tidak menyimpang dari masalah yang sebenarnya maka penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah, adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah: Hubungan *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* bola voli.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan terhadap hasil *smash* Taruna Voli *Club* Medan Johor tahun 2017?
2. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kelentukan otot pinggang terhadap hasil *smash* Taruna Voli *Club* Medan Johor tahun 2017?
3. Apakah ada hubungan yang signifikan antara *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* Taruna Voli *Club* Medan Johor tahun 2017?
4. Apakah ada hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan, *power* otot tungkai dan kelentukan otot pinggang terhadap hasil *smash* Taruna Voli *Club* Medan Johor tahun 2017?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan :

1. Untuk mengetahui hubungan antara *power* otot lengan terhadap hasil *smash* bola voli Taruna Voli *Club* Medan Johor.
2. Kelentukan otot pinggang terhadap hasil *smash* bola voli Taruna Voli *Club* Medan Johor.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* bola voli Taruna Voli *Club* Medan Johor.
4. Untuk mengetahui hubungan hubungan *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* bola voli Taruna Voli *Club* Medan Johor.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara khusus

Hasil penelitian dapat membuktikan secara ilmiah tentang hubungan antara *power* otot lengan, kelentukan otot pinggang dan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* Taruna Voli Club Medan Johor.

2. Secara Umum

- a. Data yang diperoleh dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memodifikasi bentuk latihan dan melakukan evaluasi terhadap program latihan yang diberikan.
- b. Sebagai acuan dan motivasi untuk berlatih lebih baik lagi agar dapat mencapai prestasi yang maksimal.
- c. Sebagai bahan banding atau pertimbangan untuk penelitian – penelitian yang akan datang.