

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini permainan bola voli sudah berkembang menjadi salah satu cabang olahraga 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. Tujuan permainan yang bersifat rekreatif untuk mengisi waktu luang atau sebagai selingan setelah bekerja dan untuk menjaga kebugaran jasmani. Kemudian adanya perkembangan untuk meningkatkan prestasi diri, mengharumkan nama daerah, bangsa dan negaranya.

Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak dan tangguh. Dengan demikian penguasaan teknik dasar permainan bola voli secara individual sangat diperlukan bagi seorang pemain bola voli.

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan bola voli itu sendiri adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan (Ahmadi 2007:3).

Tujuan utama dalam olahraga bola voli 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 di arahkan ke bidang lapangan lawan (Barbara L. Viera & Jill Bonnie Jill Fergusen, 2004: 2).

Prinsip permainan bola voli adalah memainkan bola dengan divoli (dipukul dengan anggota badan) dan berusaha menjatuhkan bola kelapangan lawan dengan menyebrangkan bola lewat atas serta mempertahankan agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri.

Pada setiap cabang olahraga terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain maupun atlet. Penguasaan teknik dasar bertujuan untuk kesempurnaan dari setiap unsur gerak yang ada pada cabang olahraga tersebut sehingga tujuan dari cabang olahraga itu sendiri dapat tercapai. Dalam olahraga prestasi penguasaan teknik dasar merupakan salah satu faktor penting agar atlet bisa berprestasi dengan maksimal.

Untuk penguasaan teknik dasar yang bagus tidak terlepas dari faktor kondisi fisik. Kondisi fisik yang baik akan memudahkan atlet ataupun pemain untuk memaksimalkan pelaksanaan teknik dasar sesuai dengan yang telah ditetapkan pada cabang olahraga yang di tekuninya. Begitu juga halnya dalam olahraga bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Adapun teknik dasar yang harus dikuasai adalah sebagai berikut: a) *passsing* bawah, b) *passing* atas, c) servis, d) *smash*, dan d) *block* (membendung).

Dalam pelaksanaan teknik dasar bola voli postur tubuh juga memberikan pengaruh terhadap ketercapaian pelaksanaan teknik dasar. Misalnya pada saat melakukan teknik dasar *smash* semakin baik panjang tungkai dan panjang lengan pemain maka akan memudahkan pemain dalam melakukan jangkauan bola pada saat mau melakukan gerakan *smash*.

Passing atas merupakan teknik yang diajarkan kepada pemain bola voli setelah pemain menguasai teknik *passing* bawah. Pelaksanaan *passing* atas lebih sulit jika dibandingkan dengan pelaksanaan *passing* bawah. Dalam pelaksanaannya, *passing* atas terlihat sangat muda untuk dilakukan. Akan tetapi pada hakekatnya pelaksanaan *passing* atas tidak bisa dilakukan sembarangan. Selain adanya peraturan tentang aturan dalam melakukan *passing* atas, pelaksanaan *passing* atas juga memiliki resiko yang lebih besar jika dibandingkan dengan *passing* bawah. Dalam pelaksanaan *passing* atas melibatkan beberapa anggota tubuh yaitu tangan, kaki dan posisi badan. Sehingga dalam pelaksanaannya akan banyak faktor yang mempengaruhi mulai dari panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kekuatan jari-jari.

Dalam pelaksanaan *passing* atas panjang lengan merupakan salah faktor yang mempengaruhi pada saat pelaksanaan *passing*. Dengan memiliki lengan yang panjang diharapkan tangan lebih cepat untuk menjangkau bola dengan demikian pemain bisa dengan cepat untuk melakukan *passing* atas tanpa harus menunggu bola atau mencari posisi yang tepat untuk melakukan *passing* atas.

Otot yang panjang dan langsing akan memungkinkan terjadi gerakan cepat dan luas. Karena lengan dengan tuas yang panjang dipengaruhi kecepatan gerakan itu sebanding dengan besarnya radius yaitu lengan seseorang. Jadi makin panjang radiusnya makin besar pula kecepatan yang diperolehnya sehingga laju bola bertambah cepat dan lawan akan semakin susah dalam menerima bola (Ervan Pramudianta 2010: 3).

Kekuatan merupakan komponen kondisi fisik yang menyangkut masalah kemampuan seorang atlet pada saat mempergunakan otot-ototnya menerima beban

dalam waktu kerja tertentu. Dalam hal ini kekuatan otot lengan adalah kemampuan lengan untuk melakukan *passing* atas dengan baik. Dalam pelaksanaan *passing* atas lengan merupakan salah satu faktor yang menentukan kesempurnaan gerakan pemain bola voli dalam melakukan *passing* atas.

Bagian tubuh lainnya yang berperan dalam pelaksanaan *passing* atas adalah otot jari-jari. Otot jari-jari adalah bagian anggota tubuh yang kontak langsung dengan bola pada saat melakukan *passing* atas. Kekuatan otot jari-jari sangat dibutuhkan terutama untuk menerima bola-bola keras yang dilakukan oleh lawan, karena tidak selamanya bola yang keras dapat diterima dengan *passing* bawah. Kekuatan otot jari-jari sangat berguna untuk menerima servis karena menerima servis merupakan awal permulaan untuk melakukan penyerangan.

Dari berbagai ragam teknik dasar permainan bola voli salah satunya adalah teknik dasar *passing* atas. *Passing* atas sangat penting dalam permainan bola voli karena merupakan langkah awal untuk menyusun serangan. Pelaksanaan teknik *passing* atas yang baik dapat menyajikan dengan teman seregunya dengan baik atau mengumpangkan bola kepada *smasher* yang selanjutnya dilakukan serangan.

Untuk menguasai teknik *passing* atas yang sempurna sangat dibutuhkan proses latihan. Latihan yang baik adalah latihan yang menyenangkan dan memiliki daya kreatifitas yang tinggi untuk menciptakan variasi bentuk latihan, sehingga latihan tidak merasa membosankan.

Olahraga bola voli merupakan salah satu olahraga yang sudah lama dimasukkan ke dalam kurikulum pembelajaran di sekolah khususnya untuk sekolah tingkat SMA sederajat. Selain bertujuan untuk pembelajaran olahraga bola voli sering dilakukan untuk olahraga prestasi. Pada saat kurikuler guru hanya

memberikan pengenalan dan pemahaman tentang gerak dasar dalam cabang olahraga. Untuk pengembangan lebih dalam akan dilakukan pada saat kegiatan ekstrakurikuler. Dalam pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah, siswa diarahkan untuk memilih macam-macam ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah sesuai dengan minat, bakat, dan keterampilan siswa.

SMK Negeri 2 Panyabungan merupakan salah satu sekolah di Kabupaten Mandailing Natal yang aktif dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tersebut berjalan dengan baik, kegiatan yang dilakukan 2 x dalam seminggu yaitu pada hari Senin dan Sabtu diikuti oleh 20 siswa, dimana terdiri dari 12 putra dan 8 putri.

Kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan dengan frekuensi 2 x dalam seminggu belum memberikan hasil yang maksimal terhadap pencapaian prestasi olahraga bola voli di sekolah tersebut. Minimnya pencapaian ini tidak terlepas dari masih rendahnya penguasaan teknik dasar dari siswa khususnya dalam pelaksanaan *passing* atas.

Dalam melakukan penelitian terlebih dahulu kita memfokuskan permasalahan kepada objek yang akan diteliti. Dalam hal ini peneliti ingin melakukan penelitian terhadap kemampuan *passing* atas siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan. Untuk memperkuat permasalahan peneliti terlebih dahulu melakukan observasi di sekolah tersebut yang dilakukan pada bulan Januari sampai dengan Pebruari 2017. Observasi ini dimaksudkan untuk melihat keadaan yang sebenarnya di lapangan.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti melihat bahwasanya pelaksanaan *passing* atas dari siswa ekstrakurikuler di sekolah tersebut belum

seperti yang diharapkan. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor selain kurang banyaknya variasi latihan yang diberikan pelatih tentang *passing* atas dipengaruhi juga oleh bentuk tubuh dan kekuatan dari otot. Karena pada saat siswa melakukan latihan permainan masih terdapat siswa yang seperti ketakutan untuk melakukan *passing* atas pada saat menerima bola servis.

Kemampuan siswa untuk melakukan *passing* atas belum maksimal. Masih banyak siswa yang merasa kesulitan dalam melakukan gerakan *passing* atas. Kemampuan siswa untuk menjangkau bola pada saat melakukan *passing* atas sangat bervariasi hal ini dikarenakan ukuran panjang lengan siswa yang berbeda-beda.

Untuk lebih memperkuat informasi tentang kemampuan *passing* atas dari siswa peneliti selanjutnya melakukan wawancara dengan pelatih ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan yaitu Bapak Kemal Idris. Dari penjelasan pelatih ternyata pelaksanaan *passing* atas dari siswa di sekolah tersebut belum maksimal. Selanjutnya, untuk mendapatkan data yang lebih valid dalam hal kemampuan *passing* atas siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan peneliti melakukan tes pendahuluan kepada siswa. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui data awal dari kemampuan *passing* atas siswa di sekolah tersebut (data terlampir).

Dari hasil observasi, wawancara serta tes pendahuluan yang dilakukan terhadap siswa di sekolah tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* atas siswa di sekolah tersebut sehingga perlu dilakukan penelitian ilmiah untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Berdasarkan penjelasan deskripsi di atas peneliti bermaksud untuk mengetahui apakah ada hubungan antara panjang lengan, kekuatan otot lengan

dan kekuatan otot jari-jari terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diuraikan identifikasi beberapa masalah yang dihadapi dalam penelitian ini, masalah-masalah yang dihadapi adalah sebagai berikut: Faktor-faktor apa sajakah yang mendukung peningkatan kemampuan *passing* atas? Apakah faktor kondisi fisik ada hubungannya terhadap kemampuan *passing* atas? Bagaimana cara meningkatkan kemampuan *passing* atas tersebut? Apakah dengan menambah kemampuan siswa tentang bola voli dapat meningkatkan *passing* atas? Apakah ada hubungan tinggi rendahnya ukuran tubuh pemain mempengaruhi kemampuan *passing* atas? Apakah ada hubungan dari panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal tahun 2017?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari kesalah pahaman dan penafsiran serta mempertegas sasaran yang akan diteliti, adapun masalah yang menjadi sasaran peneliti adalah membahas tentang hubungan antara panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal tahun 2017.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara panjang lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017?
2. Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017?
3. Adakah hubungan antara kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017?
4. Adakah hubungan antara panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017?

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara panjang lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2

Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017.

3. Untuk mengetahui hubungan antara kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017.
4. Untuk mengetahui hubungan antara antara panjang lengan, kekuatan otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* atas bola voli putra ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan Kab. Mandailing Natal Tahun 2017.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Sebagai bahan masukan kepada pelatih ekstrakurikuler bola voli SMK Negeri 2 Panyabungan.
2. Sebagai Sumbangan kecil dalam memecahkan satu dari sekian banyak masalah yang terdapat dalam olahraga bola voli.
3. Sebagai penambah wawasan ilmiah ilmu pengetahuan, dan meningkatkan prestasi bola voli khususnya ekstrakurikuler SMK Negeri 2 Panyabungan dalam pembinaannya serta pengembangannya
4. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga bola voli terutama bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan
5. Dapat dijadikan sebagai salah satu acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas lagi.