

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan suatu olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu yang dipisahkan dengan net. Permainan ini dimainkan diatas lapangan berbentuk empat persegi panjang dan dapat dimainkan di dalam ruangan atau lapangan terbuka, dalam permainan bola voli terdapat dua regu yang saling berhadapan, dan disetiap regu terdiri dari 6 orang. Ukuran lapangan dengan panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Ditengah lapangan ada sebuah net dengan panjang 9,5 meter dan lebar 1 meter yang membagi kedua lapangan menjadi persegi. Net tersebut dipasang di tiang dengan ketinggian untuk putra 2,43 meter dan untuk putri 2,24 meter. Setiap regu mempunyai tujuan seperti yang dikatakan Widodo (2005 : 9) “tujuan permainan bola voli adalah, agar setiap regu dapat melewati bola secara teratur (baik) melalui atas net sampai bola itu menyentuh tanah (mati) di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai dalam lapangan sendiri”. Selama permainan setiap regu selalu berusaha memasukkan bola ke daerah lawan melewati atas net dan berusaha memenangkan pertandingan dengan mematikan bola di daerah lawan. Dari tujuan permainan bola voli maka setiap tim bola voli harus mengetahui bagaimana cara untuk bertahan dan menyerang dalam permainan bola voli. Dan untuk bisa bertahan dan menyerang maka setiap pemain harus mengetahui bagaimana teknik-

teknik dalam permainan bola voli dan bisa menguasai teknik-teknik tersebut dengan baik dan benar agar dapat memenangkan suatu pertandingan.

Smash atau *spike* merupakan salah satu bentuk serangan dalam permainan bola voli yang paling memikat para pemain dan juga selalu mengundang kekaguman para penonton. Teknik inilah yang menjadi kunci busuk dalam permainan bola voli, Sekali tertarik akan terus ketagihan. Pada dasarnya konsep untuk melakukan *smash* terbagi kedalam lima tahapan yaitu : awalan, tolakan, melompat, gerakan memukul, dan mendarat.

Smash merupakan teknik yang penting untuk dikuasai karena merupakan teknik serangan yang digunakan untuk mengumpulkan angka dan meraih kemenangan dalam permainan bola voli. Pemain tidak akan bisa melakukan serangan dengan maksimal jika tidak bisa menguasai *smash* dengan baik. Karena pentingnya *smash* dalam permainan bola voli, maka perlu dilakukan berbagai usaha untuk menguasai teknik *smash* dengan baik. Usaha-usaha tersebut antara lain adalah menggunakan metode latihan yang tepat maupun mengembangkan unsur-unsur yang menunjang pelaksanaan teknik tersebut. Unsur-unsur yang menunjang tehnik khusus *smash* adalah unsur-unsur fisik yang meliputi unsur kekuatan, kecepatan, daya ledak dan kelentukan. Untuk mengembangkan unsur fisik tersebut adalah melalui latihan fisik. Istilah latihan fisik mengacu pada program latihan yang dilakukan secara sistematis, berencana dan progresif yang tujuannya untuk mengembangkan kemampuan fungsional dari sistem tubuh agar dengan kondisi fisik tersebut prestasi atlet semakin meningkat.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli putra sma negeri 4 kisaran sudah mulai dilaksanakan sejak tahun 2010 dan mengadakan 4 kali seminggu, yaitu senin, rabu, jum'at, dan sabtu. Jika dilihat dari segi sarana dan prasarana kegiatan ini sudah mendapat perhatian yang cukup baik dari pihak sekolah yaitu, memiliki 10 bola dan 2 net. Berdasarkan obserpasi pada kegiatan ekstrakurikuler permainan bola voli putra SMA Negeri 4 Kisaran Kabupaten Asahan bola voli putra disekolah tersebut sudah memiliki kemampuan yang baik dalam bermain bola voli, akan tetapi dalam melakukan smash masih mengalami kendala. Ada beberapa hal yang menjadi masalah yang dialami oleh atlet ketika melakukan *smash*, yaitu waktu melompat yang kurang tepat, terkadang atlet lebih dulu melompat sebelum bola datang sehingga mengakibatkan *smash* yang dilakukan tidak berhasil atau tersangkut di net, ketika memukul tidak tepat pada bagian telapak tangan sehingga bola yang dipukul tidak menukik dan keluar dari lapangan.

Seluruh gerakan *smash* dalam permainan bola voli mulai dari awalan sampai dengan mendarat harus dilakukan secara berurutan, tidak boleh terputus-putus. Untuk hal ini diperlukan konsep pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bagian (*part method*), sebab keterampilan *smash* dasar merupakan yang paling sulit dari keseluruhan teknik permainan bola voli dan membutuhkan koordinasi motorik yang konfleks.

Tabel 1. Norma penilaian dan Standart 1 - 10

Skala	Nilai
X + 2,25 (S)	10
X + 1,75 (S)	9
X + 1,25 (S)	8
X + 0,75 (S)	7
X + 0,25 (S)	6
X - 0,25 (S)	5
X - 0,75 (S)	4
X - 1,25 (S)	3
X - 1,75 (S)	2
X - 2,25 (S)	1

Sumber : Nurhasan (2001 : 177)

Tabel 2. Tes Hasil Smash Siswa Ekstrakurikuler Putra SMA Negeri 4 Kisanan Kabupaten Asahan Tahun 2014/2015.

No	Nama	Skor Sasaran					Total	Skor Waktu (detik)					Total
		I	II	III	IV	V		I	II	III	IV	V	
1	Ridho	1	1	4	2	1	9	0,38	0,69	0,40	0,78	0,78	3,03
2	Wahyu	0	1	1	1	2	5	0,75	0,81	0,75	0,91	0,30	3,52
3	Dedi	1	1	3	1	1	7	0,75	0,81	0,91	0,97	0,75	4,19
4	Dandi	1	2	2	0	3	8	0,97	1,06	0,97	0,84	0,87	4,58
5	Fahri	1	2	0	1	1	5	1,19	1,06	1,25	0,50	1,03	4,85
6	Joshua	2	0	2	3	0	7	0,84	0,50	1,09	0,78	1,12	4,33
7	Ilyas	3	1	3	0	2	9	1,06	1,30	1,18	1,03	1,13	5,70
8	Billy	2	1	1	4	0	8	1,06	0,87	1,08	0,98	0,98	4,97
9	M. Akram	3	1	3	0	2	9	0,87	0,97	1,06	0,84	0,84	4,58
10	Iskandar	1	1	3	1	1	7	0,73	1,37	1,36	1	1,05	5,47
11	Ilham	1	2	1	0	2	6	0,97	1,00	0,96	0,10	0,98	4,10
12	Nanda	1	1	0	2	1	5	1,05	1,04	0,23	1,00	1,00	4,25

Tabel 3. Profil Atlet ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran Kabupaten Asahan Tahun 2014/2015

NO	Nama	Kelas	Lama latihan	Umur	Tinggi Badan	Posisi
1	Ridho	XI	11 bulan	16 Thn	172 cm	Open spike
2	Wahyu	XII	15 bulan	17 Thn	169 cm	Open spike
3	Dedi	XII	13 bulan	17 Thn	173 cm	Open spike
4	Dandi	X	3 bulan	15 Thn	166 cm	Open spike
5	Fahri	X	9 bulan	16 Thn	170 cm	Open spike
6	Joshua	XI	9 bulan	16 Thn	168 cm	Al round
7	Ilyas	X	3 bulan	15 Thn	168 cm	Al round
8	Billy	XI	13 bulan	17 Thn	170 cm	Al round
9	M. Akram	X	12 bulan	17 Thn	171 cm	Kuiker
10	Iskandar	XI	12 bulan	17 Thn	168 cm	Kuiker
11	Ilham	XI	10 bulan	17 Thn	165 cm	Kuiker
12	Nanda	X	8 bulan	16 Thn	166 cm	Kuiker
13	Al- Fatih	XI	8 bulan	17 Thn	165 cm	Tauser

Berdasarkan dari hasil obserpasi dan pengamatan diatas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan *smash* siswa ekstrakurikuler bola voli putra di sekolah SMA Negeri 4 Kisaran Kabupaten Asahan masih kurang baik. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya variasi latihan smash yang selama ini dilakukan, sehingga latihan yang diberikan guru ekstrakurikuler bola voli disekolah tersebut terasa

monoton bagi siswa. untuk itu perlu diterapkan strategi latihan yang tepat untuk membantu atlet agar lebih mudah menguasai *smash* bola voli.

Adapun metode yang diterapkan dalam latihan untuk meningkatkan hasil *smash* adalah *part method*, yaitu metode latihan yang melatih gerakan bagian perbagian. Jadi, dalam pelaksanaan latihan atlet akan diajarkan gerakan teknik *smash* bagian perbagian, mulai dari tahap awalan, gerakan melompat, tahap memukul dan tahap mendarat sehingga atlet akan mudah memahami dan menguasai pelaksanaan *smash* bola voli.

Adapun alasan penulis melakukan penelitian tersebut adalah ingin mengetahui seberapa besar pengaruh Latihan *Smash* Menggunakan Awalan Melewati Net dan *Latihan Smash* Bola Digantung terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 4 Kisaran Kabupaten Asahan tahun 2014/2015. Maka itu peneliti berkeinginan melakukan penelitian dengan judul **“Perbedaan Pengaruh Latihan *Smash* Menggunakan Awalan Melewati Net Dengan Latihan *Smash* bola Digantung Terhadap Hasil *Smash* Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMANegeri 4 Kisaran Kabupaten Asahan Tahun Ajaran 2014/2015”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah yang akan diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut : faktor apa sajakah yang mempengaruhi hasil *smash* bola voli? Apakah latihan *smash* menggunakan awalan melewati net dapat meningkatkan hasil *smash* bola voli? Apakah latihan *smash* bola digantung

dapat meningkatkan hasil *smash* bola voli? Apakah kedua bentuk latihan tersebut dapat meningkatkan hasil *smash* bola voli? Dari kedua bentuk latihan tersebut, latihan yang manakah yang lebih berpengaruh untuk meningkatkan hasil *smash* bola voli?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari pemahaman yang salah dalam penelitian ini perlu dibuat pembatasan masalah yang menjadi sasaran dari peneliti dan mempertegas sasaran yang akan dicapai. Adapun masalah yang akan diteliti adalah : perbedaan pengaruh latihan *smash* menggunakan awalan melewati net dengan latihan *smash* bola digantung terhadap hasil *smash* dalam permainan bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 4 Kisaran Kabupaten Asahan Tahun Ajaran 2014/2015.

D. Rumusan Masalah

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

1. Apakah latihan *smash* menggunakan awalan melewati net memberikan pengaruh terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015 ?
2. Apakah latihan *smash* bola digantung memberikan pengaruh terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015 ?

3. Apakah latihan *smash* menggunakan awalan melewati net dan latihan *smash* bola digantung memberikan pengaruh terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015 ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk meningkatkan hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015. Adapun tujuan penulis dalam meneliti masalah ini adalah:

1. Untuk mengetahui hasil seberapa besar pengaruh latihan *smash* menggunakan awalan melewati net terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran 2014/2015.
2. Untuk mengetahui hasil seberapa besar pengaruh latihan *smash* bola digantung terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015.
3. Untuk mengetahui pengaruh secara bersamaan latihan *smash* menggunakan awalan melewati net dengan latihan *smash* bola digantung terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Memberikan informasi ada tidaknya pengaruh latihan *smash* menggunakan awalan melewati net terhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015.

2. Memberikan informasi ada tidaknya pengaruh latihan *smash* bola digantungterhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015.
3. Untuk mengetahui mana yang lebih baik antara latihan *smash* menggunakan awalan melewati netdan latihan *smash* bola digantungterhadap hasil *smash* pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kisaran tahun 2014/2015.
4. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan cabang olahraga bola voli bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
5. Sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian dalam menyusun karya Ilmiah.
6. Sebagai tambahan untuk ilmu dan wawasan bagi penulis.