

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan sebagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Banyak manfaat yang diperoleh langsung dari aktivitas olahraga tersebut baik untuk anak-anak hingga orang dewasa. Pada perkembangannya olahraga terbagi dalam olahraga prestasi, olahraga rekreasi dan olahraga pendidikan.

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan, dan membina potensi jasmaniah dan rohani seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia yang memiliki ideologi yang seutuhnya dan berkualitas berdasarkan negara atau Pancasila. Perkembangan olahraga yang semakin luas menjadikan banyak bidang kajian dalam olahraga dimana hal tersebut menjadi sebuah profesi bagi pelakunya.

Olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional yang memiliki tujuan untuk mendapatkan dan meraih suatu prestasi tertentu. Tujuan dari olahraga prestasi adalah untuk meraih prestasi dari bidang yang diperlombakan baik di tingkat daerah, nasional dan juga internasional. Salah satu cabang olahraga yang sudah dikembangkan lama dan sudah profesional adalah olahraga bola voli.

Hal tersebut harus dilatih secara sistematis agar kemampuan bermain bola voli semakin baik. Permainan bola voli adalah salah satu jenis permainan beregu. Sebagaimana diketahui prinsip utama dalam permainan beregu adalah kerjasama satu regu dengan tujuan mencapai kemenangan. Untuk mencapai tujuan yang dimaksudkan kepada setiap pemain dituntut terlebih dahulu menguasai teknik-taktik dan strategi yang baik dalam permainan bola voli. Tentu pelatih mempertimbangkan program latihan yang berbeda bagi anak-anak, remaja dan juga orang dewasa sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan gerak tersebut.

Latihan diartikan sebagai suatu cara dimana atlet melaksanakan kegiatan-kegiatan yang bertujuan mengembangkan kemampuan tertentu, agar atlet memiliki ketrampilan gerak yang lebih tinggi dari apa yang sudah dipelajari sebelumnya. Sebagian pelatih yang tidak mengerti bahwa yang dilatih adalah yang mempunyai karakteristik tertentu sehingga pelatih harus memahami pertumbuhan dan perkembangan atlet tersebut tidak terganggu dan mereka menikmati apa yang mereka lakukan sehingga mereka tidak merasa bosan terhadap latihan tersebut.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti pada bulan Oktober 2016 dan wawancara, peneliti melakukan wawancara kepada pengurus dan pelatih klub Gaperta Medan, klub Mulia Medan dan klub TVRI Medan mengatakan bahwa pemain yang ada di klub bola voli Gaperta, klub Mulia Medan dan TVRI Medan sudah pernah mempraktekan variasi latihan *passing* bawah, hanya saja pelatih masih memberikan bentuk latihan yang konvensional, yaitu dengan 2 orang yang melakukan *passing*. Kemudian pelatih mengatakan sangat ingin mendapatkan

bentuk variasi latihan *passing* bawah bola voli yang bervariasi, memiliki unsur bermain, memiliki unsur latihan pola huruf, gembira dan tidak membosankan. sehingga bisa lebih menambah wawasan pelatih dan pemain bola voli serta membuat pemain bola voli lebih bersemangat dan bersungguh-sungguh untuk berlatih. Dapat ditarik kesimpulan bawah latihan *passing* bola voli di klub-klub ini masih melakukan latihan yang biasa yaitu melakukan teknik-teknik *passing* bola voli dengan metode yang sudah lama dan belum ada dilakukan variasi yang baru yang diberikan pada atlet. Oleh sebab itu diperlukan pengembangan variasi-variasi latihan *passing* bawah yang memiliki unsur bermain, memiliki pola huruf, gembira dan tidak membosankan bagi atlet.

Hasil analisis kebutuhan untuk mengetahui seberapa besar kebutuhan atlet bola voli, dan dari pengumpulan data yang telah dilakukan terhadap 10 orang atlet bola voli diperoleh bahwa 100% atlet tersebut menyukai latihan di klub bola voli. Mereka juga 100% menyukai latihan bola voli dengan berbagai bentuk variasi latihan. 60% atlet bola voli mengatakan bahwa pernah melakukan latihan *passing* dengan berbagai bentuk variasi latihan. 80% atlet bola voli mengatakan bahwa bentuk latihan *passing* sangat membosankan. 100% mereka ingin mendapatkan bentuk variasi latihan *passing* yang baru. Dari analisis kebutuhan di atas maka dapat disimpulkan bahwa atlet sangat ingin mendapatkan bentuk latihan teknik dasar *passing* bawah bola voli yang bervariasi, memiliki unsur bermain, gembira dan tidak membosankan sehingga mereka berlatih dengan sungguh-sungguh, bersemangat dan dapat membantu pelatih dalam membuat program latihan yang

tujuannya untuk membuat atlet lebih berprestasi dalam akademik maupun non akademik dan dapat menguasai kemampuan *passing* bawah bola voli dengan baik.

Mencermati permasalahan di atas maka penulis sangat tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul : Pengembangan Variasi latihan *Passing* Bawah Dengan Model Huruf Pada Atlet Bola Voli Medan Tahun 2017.

## **B. Identifikasi Masalah**

Seperti yang di uraikan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Apakah bentuk variasi latihan *passing* bola voli dibutuhkan atlet bola voli?
2. Bagaimana cara mengembangkan bentuk variasi latihan *passing* bawah untuk atlet bola voli?
3. Peralatan apa saja yang dibutuhkan untuk pengembangan bentuk latihan *passing* bawah pada atlet bola voli?
4. Faktor-faktor apa saja yang dapat membuat atlet bersungguh-sungguh dan bersemangat untuk melakukan latihan *passing bawah* bola voli?
5. Apakah pengembangan bentuk variasi latihan *passing bawah* bola voli dapat menambah wawasan pelatih?
6. Bisakah bentuk latihan variasi *passing* bola voli yang bervariasi, memiliki unsur bermain, gembira dan tidak membosankan membuat atlet lebih menguasai teknik dasar bola voli?

Karena masih banyak lagi yang bisa dipertanyakan dan diungkapkan, maka karena keterbatasan yang dimiliki peneliti sehingga perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan di atas maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi, penulis hanya berfokus kepada Pengembangan Variasi latihan *Passing* Bawah Dengan Model Huruf Pada Atlet Bola voli Medan Tahun 2017.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian ini adalah : Bagaimanakah cara mengembangkan bentuk variasi latihan *passing* bawah bola voli yang berbentuk pola huruf dan banyak variasi, memiliki unsur bermain dan bersifat gembira untuk atlet bola voli.

### **E. Spesifikasi Produk**

Produk yang dikembangkan dalam penelitian pengembangan ini adalah variasi latihan *passing* bawah bola voli yang efektif dan efisien dan diharapkan menjadi daya tarik atlet. Produk yang dihasilkan diharapkan dapat menambah keterampilan dan mempertinggi prestasi.

### **F. Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah : Untuk mengembangkan variasi latihan *passing* bawah bola voli yang bervariasi, memiliki unsur bermain, gembira, tidak membosankan dan lebih menarik serta lebih efektif dari bentuk latihan yang sudah ada.

### **G. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti sebagai penambah wawasan bagi pihak lain dalam perihal peningkatan kemampuan bermain bola voli karna itu di harapkan penelitian ini bermanfaat untuk :

1. Mengembangkan pembelajaran *passing* bawah dalam permainan bola voli.
2. Sebagai bahan pemahaman latihan dalam permainan bola voli.
3. Meningkatkan teknik *passing* bawah bola voli dalam atlet dengan bentuk variasi latihan yang berbeda sehingga latihan tidak membosankan lagi dan menyenangkan.
4. Menambah pengetahuan dan ketrampilan atlet bola voli untuk dapat melakukan teknik *passing* bawah bola voli yang optimal.
5. Bentuk variasi latihan *passing* bola voli yang bervariasi, memiliki unsur bermain, gembira dan tidak membosankan dapat membuat atlet latihan dengan bersungguh-sungguh, konsentrasi, efektif dan membuat atlet mengenal huruf dalam latihan.