

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu cara untuk membina dan memepertahankan kebugaran jasmani, dan merupakan kegiatan yang berpengaruh langsung terhadap semua aspek kehidupan manusia. Menurut Ensiklopedia Indonesia olahraga adalah gerak badan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang merupakan regu atau rombongan. Dengan berolahraga, jasmani dan rohani manusia dapat terjaga dan terkontrol kesehatannya. Kesehatan jasmani dan rohani manusia itu sangat penting karena akan menjadi modal untuk menghadapi kehidupan sehari-hari. Perkembangan olahraga terbagi dalam olahraga prestasi, olahraga rekreasi dan olahraga pendidikan. Oleh karena perkembangan olahraga yang sangat luas sehingga menjadikan olahraga sebagai sebuah profesi.

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 banyak menjadi profesi bagi pelakunya yaitu olahraga bola voli.

Permainan bola voli adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim, dan dari tiap tim terdiri atas 6 orang pemain dan merupakan salah satu jenis permainan beregu. Sebagaimana diketahui prinsip utama dalam permainan beregu adalah kerjasama dengan tujuan mencapai kemenangan. Untuk mencapai

kemenangan pemain diharuskan menguasai teknik-taktik dan strategi yang baik dalam permainan bola voli. Sebagai seorang pelatih tentu telah merancang program latihan yang berbeda bagi anak-anak, remaja dan juga orang dewasa sesuai dengan tingkat kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan gerakanya.

Latihan adalah suatu cara dimana atlet melaksanakan kegiatan yang bertujuan meningkatkan kemampuan tertentu, agar atlet memiliki keterampilan gerak yang lebih tinggi dari apa yang sudah di pelajari sebelumnya. Sebagai pelatih yang tidak mengerti bahwa yang dilatih adalah yang memiliki karakter tertentu sehingga pelatih harus memahami pertumbuhan dan perkembangan atlet tersebut tidak terganggu sehingga mereka menikmati dan tidak merasa bosan terhadap latihan tersebut.

Latihan merupakan suatu cara dimana atlet melaksanakan kegiatan-kegiatan secara terus-menerus yang bertujuan mengembangkan kemampuan tertentu, agar atlet memiliki ketrampilan gerak yang lebih baik dari apa yang sudah dipelajari. Sebagian pelatih harus mengerti karakteristik pertumbuhan dan perkembangan atlet tersebut.

Latihan *passing* bola voli yang dilakukan di klub-klub masih secara konvensional atau biasa dimana pelatih belum maksimal dalam membuat pola latihan yang berbeda dan menarik tanpa kehilangan tujuan awal dari latihan itu sendiri. Sebagai pelatih dituntut untuk mampu mendesain berbagai bentuk latihan. Oleh karena itu pelatih perlu untuk melakukan pengembangan-pengembangan model latihan *passing* sehingga latihan menjadi lebih menarik, tidak membosankan dan bermanfaat bagi atlet.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada bulan Oktober 2016 dan wawancara yang dilakukan kepada pelatih klub bola voli Gaperta Medan dapat ditarik kesimpulan bahwa latihan *passing* bola voli di klub ini masih melakukan latihan yang biasa yaitu masih melakukan teknik-teknik *passing* bola voli yang sudah lama dan belum ada dilakukan variasi yang baru yang diberikan kepada atlet. Oleh karena itu diperlukan adanya model pengembangan variasi latihan *passing* atas pada atlet bola voli klub Gaperta Medan.

Kemampuan *passing* sangat penting bagi pemain bola voli, terutama *passing* atas karena *passing* atas merupakan teknik dasar utama dalam bermain bola voli dengan tujuan memberi umpan kepada *spiker*, dengan memvariasikan latihan *passing* atas yang bervariasi, dapat membuat seorang pemain bola voli lebih mengasah kemampuannya.

Dari hasil analisis untuk mengetahui seberapa besar kebutuhan atlet bola voli, dan dari pengumpulan data yang telah dilakukan terhadap 12 orang atlet bola voli diperoleh bahwa 100% atlet di klub bola voli mengatakan bahwa mereka menyukai latihan di klub bola voli yang saat ini menjadi tempat mereka berlatih dan mengasah kemampuan, mereka melakukan latihan dengan berbagai bentuk latihan, mereka pernah mempraktikkan latihan *passing* atas kemudian mereka mengetahui bentuk variasi *passing* atas yang lain serta mereka ingin mendapatkan bentuk latihan bervariasi yang memiliki unsur bermain, gembira dan tidak membosankan. 80% atlet mengatakan bentuk latihan *passing* atas selama ini membosankan.

Berdasarkan hasil pengamatan, wawancara dan analisis kebutuhan di atas dapat disimpulkan bahwa atlet sangat ingin mendapatkan bentuk latihan teknik dasar *passing* atas bola voli yang bervariasi yang memiliki unsur bermain, gembira dan tidak membosankan sehingga mereka dapat berlatih dengan sungguh-sungguh dan bersemangat.

Dari permasalahan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Pengembangan Variasi latihan *Passing* Atas Pada Atlet Bola Voli Tahun 2017.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Faktor-faktor apa saja yang perlu dikembangkan dalam melakukan *passing* atas bola voli?
2. Berapa variasi latihan yang anda berikan kepada atlet untuk melatih *passing* atas bola voli?
3. Apakah menurut anda ada kesulitan pada atlet anda dalam melakukan variasi latihan *passing* atas bola voli?
4. Apakah menurut anda pengembangan variasi latihan *passing* diperlukan dalam melatih *passing* atas bola voli?
5. Apa manfaat pengembangan variasi latihan *passing* atas terhadap permainan bola voli?

C. Pembatasan Masalah

Sehubungan dengan terlalu luasnya masalah penelitian ini maka dengan penelitian ini penulis membatasi ruang lingkup masalah penelitian yakni Pengembangan Variasi Latihan *Passing* Atas Pada Atlet Bola Voli Tahun 2017.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat di rumuskan permasalahan yang akan di teliti adalah untuk mengetahui bentuk-bentuk variasi latihan *passing* atas bola voli sehingga dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas bola voli yang lebih menarik dan menyenangkan bagi atlet bola voli tahun 2017 ?

E. Spesifikasi Produk

Produk yang dikembangkan dalam penelitian pengembangan ini adalah variasi latihan *passing* atas 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 tujuan dari penelitian pengembangan ini adalah untuk membuat dan mengembangkan variasi latihan *passing* atas pada atlet bola voli tahun 2017.

G. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat :

1. Mengembangkan pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli.
2. Sebagai bahan pemahaman latihan dalam permainan bola voli.

3. Meningkatkan teknik *passing* atas bola voli dengan bentuk variasi latihan yang berbeda sehingga latihan tidak membosankan.
4. Menambah pengetahuan dan ketrampilan atlet bola voli untuk dapat melakukan teknik *passing* atas bola voli yang optimal.



THE
Character Building
UNIVERSITY