

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga dalam aktivitas sehari-hari telah menjadi kebutuhan bagi manusia dan berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Hal ini terbukti bahwa sepadat apapun kegiatan yang dilakukan masih disempatkan untuk melakukan kegiatan olahraga. Perkembangan olahraga sampai saat ini telah memberikan dampak yang positif dan nyata bagi peningkatan kebugaran, kesegaran dan kesehatan masyarakat.

Olahraga sebagai aktivitas fisik tentunya menjanjikan keuntungan bagi pelakunya. Yaitu tercapainya intensitas kebugaran fisik dan bahkan kesehatan spiritual. Di dalam masyarakat Indonesia sendiri, olahraga juga menjadi kebutuhan hidup tersendiri. Dengan melakukan aktivitas olahraga diyakini dapat memberikan kesegaran tubuh, yang dapat diartikan dapat menyediakan perawatan kesehatan bagi orang yang melaksanakan aktivitas tersebut. Kegiatan olahraga berlangsung berdasarkan kebutuhan dari pelakunya. Dalam prakteknya olahraga dapat berupa olahraga rekreasi ataupun olahraga prestasi. Dimana olahraga prestasi memberikan *benefit* lebih, karena selain sehat juga mendapatkan keuntungan berupa prestasi. Tentu tercapainya sebuah prestasi dalam olahraga membutuhkan banyak faktor pendukung dimulai dari pembinaan, sarana, serta kemampuan dari individu yang menggeluti olahraga prestasi.

Diantara berbagai jenis olahraga, bola voli hadir sebagai olahraga yang memenuhi aspek kesehatan, rekreasi dan juga prestasi di kehidupan masyarakat

Indonesia. Bola voli juga menjadi salah satu olahraga yang sangat digemari masyarakat, olahraga ini memiliki tempat tersendiri dimasyarakat. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya lapangan bola voli yang di Indonesia. Mulai dari pedesaan, kelurahan, perkotaan memiliki lapangan bola voli, bahkan di sekolah-sekolah lapangan voli menjadi sarana olahraga wajib. Olahraga ini juga dapat dimainkan oleh semua kalangan baik pria maupun wanita dari yang muda sampai yang tua. *Event-event* pertandingan bola voli juga sering diadakan di Indonesia mulai dari level kecamatan, kota, provinsi hingga nasional menjadi agenda rutin yang sering diadakan. Hadiahnya juga sangat menjanjikan bagi atlet yang mengikuti sehingga menambah kepopuleran olahraga ini.

Bola voli juga memiliki teknik-teknik dasar yang wajib dikuasi oleh pemain bola voli yaitu *passing*, *service*, *smash* dan *block* Dieter Beutelstahl (2016). Disamping itu dalam permainan bola voli juga memiliki posisi pemainnya yaitu Setter, Smasher, Libero. Teknik-teknik dasar diatas tadi yang akan menjadi pondasi utama dalam permainan bola voli. Salah satu teknik yang wajib dikuasi oleh pemain terutama *setter* adalah *passing* atas (*over head pass*). *Passing* atas diperlukan agar tim bisa melakukan serangan terbaik untuk mendapatkan poin. Karena *passing* atas merupakan teknik didalam permainan bola voli yang sangat dibutuhkan akurasi umpanannya untuk dapat dimanfaatkan *smasher* untuk melakukan serangan. *Passing* atas tentu saja menjadi nilai penting dalam permainan bola voli.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara di klub bola voli SEMBADA VC dan NHKBP VC Medan, pada awal bulan juni. Peneliti mengamati bahwa kemampuan setter dalam melakukan umpanan masih belum

akurat dan belum konsisten, dapat dilihat pada saat melakukan latihan ataupun saat pertandingan. Dari hasil wawancara dengan salah satu pelatih yaitu Pak Satrya, beliau menuturkan bahwa hal ini disebabkan oleh kurangnya media latihan dan model latihan. Jadi penulis berkeinginan untuk membuat sebuah alat latihan untuk menghasilkan akurasi *passing* atas yang baik, terukur dan konsisten pada seorang *setter* memerlukan latihan yang cukup. Latihan menjadi hal yang wajib dilakukan oleh atlet jika ingin berprestasi dalam cabang olahraga. Selain itu untuk meningkatkan akurasi umpanan atau *passing* atas dibutuhkan media pendukung untuk memberikan kemudahan dalam latihan sehingga memperbanyak waktu latihan *setter* dengan menggunakan media yang tepat. Dibutuhkan pengembangan dari media dengan berbasis teknologi terbaru. Harsono (2015:5) mengatakan bahwa di zaman sekarang ini, metode melatih sudah menjadi semakin *scientific* dan semakin canggih. Hal ini dapat menjadikan penggunaan alat ataupun teknologi dalam latihan dapat mendukung proses latihan yang efektif dan maksimal.

Setelah melakukan pengamatan peneliti kemudian mengadakan wawancara serta melakukan analisis kebutuhan kepada pelatih serta atlet di klub SEMBADA VC dan NHKBP VC. Peneliti membuat analisis kebutuhan terhadap pemain tentang penggunaan alat dalam latihan *passing* atas *setter*.

**Tabel 1.1 : Hasil Analisis Kebutuhan**

No	Pertanyaan	Skor	Skor
		Ya	Tidak
1	Apakah dalam pertandingan bola voli akurasi <i>passing</i> atas diperlukan?	100%	0%

2	Menurut kamu, apakah kamu mempunyai akurasi passing atas yang baik?	40%	60%
3	Dalam permainan bola voli apakah kamu pernah melakukan passing atas yang kurang baik?	100%	0%
4	Apakah kamu mengalami kesulitan untuk melakukan passing atas, saat dalam permainan bola voli?	80%	20%
5	Menurut kamu apakah latihan akurasi passing atas yang kamu lakukan selama ini sudah baik?	10%	90%
6	Ketika melakukan latihan passing atas apakah kamu menggunakan media sebagai target yang dicapai?	100%	0%
7	Apakah media sebagai target yang kamu gunakan untuk melatih akurasi passing atas sama dengan jarak yang berbeda?	0%	100%
8	Apakah kamu pernah melakukan latihan akurasi passing atas dengan sasaran yang bisa diubah-ubah?	0%	100%
9	Apakah pelatih sudah pernah memberikan latihan akurasi passing atas yang menggunakan media?	0%	100%
10	Apakah kamu membutuhkan media latihan akurasi passing atas untuk membantu melatih akurasi passing atas dengan tepat?	90%	10%

Dari hasil analisis kebutuhan terhadap 10 orang atlet (*setter*) di klub SEMBADA VC dan NHHBP VC, 90% (9 orang) membutuhkan media latihan

untuk akurasi *passing* atas dan 10% (1 orang) tidak membutuhkan media latihan untuk akurasi *passing* atas.

Analisis kebutuhan dilakukan kepada 10 orang atlet di dua club yang berbeda yaitu atlet SEMBADA VC dan NHKBP Jl. Pelajar VC dan diperoleh hasil analisis kebutuhan sesuai dengan tabel diatas, dan berdasarkan hasil analisis kebutuhan dapat disimpulkan adanya kebutuhan pengembangan alat bantu *setter* bagi atlet bola voli (*setter*).

Peneliti menyebarkan angket dengan memberi sejumlah pertanyaan. Dimana sampel memberi jawaban ya dan tidak dan memberikan alasan masing-masing atas jawabannya. Hasil yang ditemukan dari atlet serta pelatih didapat melalui proses wawancara serta penyebaran angket tersebut, memperkuat peneliti untuk membuat kesimpulan bahwasanya, perlu dikembangkan alat bantu untuk latihan akurasi *setter* yang diharapkan akan menjadi solusi dalam proses latihan khususnya latihan akurasi umpan *setter*. Ini juga dapat dilihat pada tabel 1.1 dimana berdasarkan angket yang disebar diketahui 90% klub membutuhkan alat bantu latihan. Selain itu dengan mengembangkan alat latihan diharapkan proses latihan akan lebih maksimal dan efektif sehingga berpengaruh besar pada keterampilan atlet di klub tersebut.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas maka masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi. Hal ini dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan penelitian ini. Adapun identifikasi masalah dapat dikemukakan dalam bentuk pertanyaan:

1. Apakah pengembangan latihan akurasi *passing* atas dengan menggunakan alat bantu diperlukan ?
2. Bagaimana model alat yang akan dikembangkan dalam latihan akurasi *passing* atas?
3. Bagaimana cara kerja alat bantu latihan akurasi *passing* atas?

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi maka penulis berfokus pada pengembangan latihan dengan alat bantu *passing* atas *setter*.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah pengembangan alat bantu pada *setter* bola voli tahun 2021.

### **1.5 Spesifikasi Produk**

Produk yang akan dihasilkan dalam penelitian ini adalah alat bantu latihan akurasi *passing* atas. Alat ini akan berfungsi sebagai target umpanan *setter*, yang dapat mempermudah atlet dalam proses latihan. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan semua aspek latihan *passing* atas secara efektif dan efisien sehingga menjadi daya tarik tersendiri bagi atlet maupun pelatih. Hal ini juga dapat meningkatkan rasa senang terhadap atlet dikarenakan model latihan menjadi baru dan berkembang, sehingga diharapkan hal ini akan berdampak positif dalam proses latihan atlet. Produk juga diharapkan dapat dimaksimalkan oleh pelatih dalam proses latihan.

## 1.6 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan suatu alat bantu latihan akurasi setter bola voli guna menunjang kemampuan dan keakuratan umpanan seorang *setter*. Diharapkan pengembangan ini dapat menjadi model baru dalam latihan sehingga latihan menjadi lebih variatif.

## 1.7 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti sebagai penambah wawasan dan pengetahuan serta peningkatan kualitas diri sebagai seorang calon pelatih. Kepada atlet diharapkan dengan banyaknya variasi latihan khususnya yang menggunakan alat ataupun teknologi dalam latihan diharapkan dapat meningkatkan prestasi dari atlet tersebut. Dan juga kepada pelatih diharapkan dapat membantu mereka dalam membuat program latihan yang semakin variatif dan efisien. Penelitian ini juga sebagai bahan masukan dari calon-calon pelatih dalam membuat program latihan ataupun penelitian