

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan Bola Voli sudah dikenal pada Abad pertengahan ini di Negara Italia dikenal dengan sebutan “*Faustball*” yakni, permainan memantulkan bola ke udara dan tidak boleh terjatuh di lantai sebanyak dua kali (Agung Wahyudi, dalam Junedo & Agung, 2020). Pada awal penemuannya, pertandingan bola voli ini disebut *Mintonette*. Permainan olahraga ini pertama kali ditemukan pada 9 Februari 1895 di Holyoke, Massachusetts (AS) oleh seorang instruktur olahraga (*Director of Physycal Education*), yang dikenal sebagai William G. Morgan, dari YMCA. YMCA (*Young Men’s Christian Association*) adalah sebuah organisasi yang mengajarkan anak muda ajaran Kristen utama (Winarno, 2021).

Olahraga telah menjadi bagian integral dari kehidupan manusia sejak zaman kuno, dan selama berabad-abad, aktivitas fisik ini telah menjadi sarana untuk mempromosikan kesehatan, pengembangan pribadi, dan kerja sama tim (Sepang, et al., 2025). Perubahan nama *Mintonette* menjadi bola voli (*VollyBall*) terjadi pada tahun 1895, dan peraturan bola voli kemudian diputuskan pada tahun 1905. Pada saat itu, olahraga bola voli adalah kegiatan rekreasi bagi pengusaha, orang dewasa khusus dan bangunan tertutup. Akibatnya, bola voli tidak mendapatkan banyak penggemar. Namun, ini karena permainan bola voli dimainkan di lapangan terbuka, yaitu pantai, sekolah dan area terbuka lainnya. Alhasil, olahraga ini dengan cepat menjadi populer (Agung Wahyudi, dalam Junaidi, 2020). Olahraga adalah salahsatu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia melalui fisiknya yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi serta peningkatan prestasi

(Argantara et al., 2021). Permainan bola voli adalah jenis olahraga yang membutuhkan keterampilan teknis dan kontrol. Kresnapati (2020) menyatakan bahwa permainan bola voli digemari oleh seluruh masyarakat Indonesia karena merupakan salah satu olahraga beregu yang dapat dimainkan bersama-sama untuk melatih kekompakan, disiplin, dan tanggungjawab. Hal ini dikarenakan pemain dalam olahraga ini dituntut untuk melambungkan bola di udara dan mencegahnya menyentuh lantai. Selain itu, pemain harus dapat membuat pukulan yang tidak menguasai bola kepada lawan sepenuhnya untuk mendapatkan poin. Proses ini dapat dibuat jika pemain dapat memainkan teknik bola voli dengan baik. Teknik dasar ini penting karena menjadi penentu keberhasilan dalam pertahanan maupun awal serangan. Ketidaktepatan teknik dasar ini dapat menyebabkan kesalahan dalam pengoperan bola dan menurunkan kualitas permainan secara keseluruhan (Riksandi et al., 2024). Salah satunya adalah teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli (Erwin et al., 2019).

Club Akral V.C berdiri pada tanggal 23 Agustus 2018. Berlokasi di Jl. pendidikan I Desa Sei rotan SMPS Nur ilmi. *Club* bola voli Akral V.C ini memiliki dua kategori yaitu putra dan putri dibina oleh Joko siswoyo dan Supriadi sekaligus sebagai pelatih. Berdasarkan hasil wawancara kepada pelatih Akral V.C pada Kamis, 24 Februari 2025 pukul 18.00 WIB bahwa *club* Akral V.C merupakan terbentuk atas dasar sebagai bentuk kegiatan remaja yang positif dan kurang berbaur dengan komunitas serta didasari atas niat dari pelatih selaku mantan Atlet cabor supaya remaja tersebut mampu menjadi anak remaja yang mempunyai mental dan fisik yang kuat sehingga mampu berkreaitivitas dalam kehidupannya sehari-hari.

Berdasarkan observasi latihan yang peneliti lakukan pada tanggal 24 Februari 2025 jam 16.00 WIB bahwa, kekurangan dalam setiap melakukan *passing* bawah yang mereka lakukan sering tidak melampaui net sehingga bola tidak jatuh tepat pada daerah lapangan lawan, hal ini dikarenakan *passing* bawah yang dilakukan oleh pemain masih jauh dari sempurna berdasarkan observasi pada *Club Akral VC* belum memperoleh *passing* bawah yang baik. Kemudian berdasarkan observasi peneliti ketika pemain melakukan latihan di lapangan terlihat bahwa sering kali pemain melakukan kesalahan seperti penggunaan tangan atau lengan yang tidak benar saat melakukan *passing* bawah yang menyebabkan bola tidak stabil, selain itu juga sering terjadi posisi tubuh yang tidak tepat dimana pemain sering kali tidak membungkukkan tubuh dengan baik sehingga posisi tangan tidak optimal untuk menerima bola. Hal ini dapat menyebabkan bola tidak terkontrol atau keluar dari jalur yang diinginkan.

Berdasarkan hasil observasi data awal dapat dilihat bahwa hasil *passing* bawah atlet masih dalam kategori sangat kurang, 7 dari 12 atlet masih berada dalam kategori sangat kurang. Dalam olahraga bola voli, kemampuan untuk melakukan *passing* bawah dengan teknik menggunakan tongkat dan latihan berpasangan merupakan salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan hasil *passing* bawah menjadi maksimal. *Passing* bawah yang efektif tidak hanya bergantung pada kekuatan otot lengan tetapi juga pada teknik dan strategi pemain. Oleh karena itu, pengembangan latihan dan teknik yang menjadi sangat penting dalam program pelatihan atlet bola voli. Berdasarkan pengamatan dan wawancara diketahui bahwa kemampuan *passing* bawah atlet *Akral VC* masih kurang optimal, terutama disebabkan oleh kegagalan dari proses latihan *passing* bawah

yaitu kurangnya variasi latihan, kemampuan *passing* yang sering terlepas dari tangan, kurangnya aktifitas pelatih untuk meningkatkan *passing* bawah, kurangnya aktifitas yang rutin dan pengetahuan tentang *passing* bawah dengan baik pada club Akral VC. Hal ini berdampak pada saat pemain melakukan *passing* bawah.

Passing bawah bukanlah hanya sekedar memberikan bola kepada atlet yang lain, tetapi tujuan utamanya adalah memberikan bola secara lebih terarah. Jadi jelaslah bahwa *Passing* bawah adalah salah satu teknik yang penting dikuasai atlet, karena teknik ini merupakan bagian yang menentukan dalam mempertahankan daerah sendiri serta dalam menyusun serangan (Putri, 2018). Teknik latihan menggunakan tongkat dan berpasangan adalah metode latihan yang diberikan kepada atlet Akral VC Sei Percut Tuan agar kemampuan *passing* bawah atlet mengalami peningkatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti menawarkan dua bentuk metode latihan, yaitu latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat sebagai alat bantu dan latihan *passing* bawah secara berpasangan. Kedua metode ini dipilih karena memiliki fokus yang berbeda latihan menggunakan tongkat ditujukan untuk membentuk postur dan kestabilan teknik secara individu, sementara latihan berpasangan lebih menekankan pada kerja sama, konsistensi, dan akurasi operan dalam konteks permainan sebenarnya. Penelitian ini tidak hanya menerapkan dua metode tersebut secara terpisah, tetapi juga membandingkan efektivitasnya dalam satu desain eksperimen yang terstruktur.

Latihan berpasangan disini maksudnya pemain berpasangan dengan temannya dan melakukan *passing* bawah usahakan bola tidak jatuh dan pantulan

bola selalu baik. Sikap permulaan berdiri berhadapan lalu melakukan umpan setelah itu di *passing* bawah secara berulang-ulang. Pembelajaran *passing* berpasangan dapat meningkatkan koordinasi tangan dan kaki, meningkatkan kekuatan dan kelenturan otot tangan, meningkatkan kelincahan dalam menerima dan mengoper bola, dan meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli (Rahmat & Wahidi, 2018) dilakukan sesuai dengan program latihan yang sudah ditetapkan. Keuntungan pada latihan ini adalah banyak sisi yang mengharuskan *passing* sesuai dengan keberadaan pasangannya *feel the ball* salah satu hal yang penting saat melakukan latihan (Sarwita, 2017)

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang dijelaskan maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Teknik *Passing* Bawah Menggunakan Tongkat dan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Hasil *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Club Akral VC Tahun 2025”. Dengan harapan kedua bentuk latihan tersebut dapat memberikan pengaruh positif dalam membangun atau meningkatkan kemampuan pukulan *passing* bawah para atlet bola voli putri *club* Akral VC lebih maksimal.

1.2. Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah penelitian jika dilihat dari latar belakang masalah yaitu sebagai berikut:

1. Kurangnya efektivitas teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli di *Club* Akral V.C.
2. Perbedaan hasil *passing* bawah bola voli antara latihan menggunakan tongkat dan latihan berpasangan.

3. Belum adanya penelitian yang membandingkan metode latihan *passing* bawah bola voli yang lebih efektif.
4. Perlu adanya metode latihan yang dapat meningkatkan kualitas *passing* bawah bola voli pada pemain.
5. Pengaruh latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat terhadap hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli.
6. Pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan terhadap hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli.
7. Faktor lain yang mempengaruhi hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan-permasalahan yang telah dikemukakan di atas, sesuai dengan kesanggupan peneliti maka penelitian ini hanya akan membahas tentang Pengaruh Latihan Teknik *Passing* Bawah Menggunakan Tongkat dan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Hasil *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada *Club* Akral VC Tahun 2025.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah serta batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah yang akan diangkat dalam skripsi ini yaitu apakah terdapat pengaruh latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat dan *passing* bawah berpasangan terhadap hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli pada *Club* Akral VC tahun 2025?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan yang akan dicapai dari penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat dan *passing* bawah berpasangan terhadap hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli pada *Club* Akral VC tahun 2025.

1.6. Manfaat Penelitian

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

Secara Teoritis:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat dan berpasangan terhadap hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli.
2. Memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai metode latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli.

Secara Empiris:

1. Memberikan solusi praktis bagi *Club* bola voli dalam meningkatkan keterampilan dasar pemain, khususnya dalam *passing* bawah.
2. Memberikan manfaat bagi akademisi, guru olahraga, dan pelatih dalam menyusun program latihan yang berbasis penelitian ilmiah.