

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan cabang olahraga yang sangat populer hampir diseluruh belahan dunia, demikian juga di Indonesia, bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari masyarakat, terbukti dengan adanya klub-klub bola voli yang memiliki pemain-pemain berkualitas. Tentunya harus dilakukan pembinaan secara terus-menerus. Pembinaan sejak dini harus dilakukan guna menciptakan bibit-bibit pemain profesional yang nantinya dapat diharapkan dimasa mendatang. Banyak klub-klub bola voli sekarang ini terasa manfaatnya, ditempat latihan para pemain diberikan teknik-teknik dasar bola voli yang baik dan benar.

Adapun permasalahan yang dihadapi atlet Bina Puteri Medan adalah Kurangnya penguasaan tehnik dalam melakukan gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli dan kurangnya latihan *passing* bawah bola voli.

Berdasarkan hasil diskusi dengan pelatih Bapak Budi Siswarno dan Bapak Eko Handoko selaku pelatih di lapangan klub bola voli Bina Puteri Medan pada tanggal 13 November 2012 pukul 16.30 WIB, atlet di klub tersebut kebanyakan masih jauh dari sempurna. Mereka masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik *passing* bawah. Meskipun mereka telah mampu melakukan gerakan *passing* bawah secara keseluruhan, tetapi masih saja terjadi kesenjangan dimana harapan dan kenyataan tidak sejalan.

Total keseluruhan maksimal melakukan *passing* bawah bola voli sebanyak 398 kali *passing* ketembok dalam waktu (1) satu menit dengan jumlah atlet sebanyak (14) empat belas atlet.

Jadi, jumlah rata-rata maksimal melakukan *passing* bawah bola voli $398 : 14 = 28,4$ atau 28 kali kemampuan dalam melakukan *passing* bawah.

Targerget pencapaian penelitian *passing* bawah bola voli pada atlet Bina Puteri Medan usia 16-19 tahun sebanyak 33 sampai 44 kali kemampuan dalam melakukan *passing* bawah bola voli kedinding dalam jangka waktu lama latihan sebanyak (2) dua minggu latihan atau dalam satu siklus.

Berdasarkan data yang diperoleh dari tes pendahuluan atlet, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata yang di peroleh atlet klub bola voli Bina Puteri Medan usia 16-19 tahun 2012 masih dalam kategori sedang. Besar jumlah nilai rata-rata *passing* bawah atlet yang mendapat nilai kategori sedang (S) pada angka 20-32 menjadi bukti nyata bahwa hasil latihan atlet di klub voli Bina Puteri Medan usia 16-19 tahun 2013 belum mencapai batas kategori atlet yang dipatok oleh peneliti pada kategori Baik (B) yaitu angka 33-44 dan dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* bawah atlet bola voli Bina Puteri Medan masih perlu ditingkatkan lagi agar kemampuan *passing* bawah menjadi lebih baik sehingga menciptakan peluang melalui *passing* bawah bisa dimaksimalkan terutama dalam menerima dan memberikan bola. Menunjukkan proses latihan yang belum melibatkan atlet secara aktif, pelatih masih menjadi pusat latihan, kurang model

latihan, gaya melatih serta pemvariasian dan media latihan yang masih kurang untuk mencapai tujuan dari olahraga bola voli itu sendiri.

Hasil observasi dan wawancara langsung menunjukkan bahwa atlet-atlet tersebut secara umum memiliki kemampuan teknik *passing* bawah bola voli masih dibawah rata-rata. Dalam sebuah observasi di lapangan, dapat diketahui bahwa atlet di klub bola voli Bina Puteri Medan usia 16-19 tahun 2013 memiliki kemampuan yang masuk kategori sedang. Masih tampak beberapa atlet yang kurang memperhatikan instruksi yang diberikan oleh pelatih seperti, tertawa-tawa saat latihan, mengobrol diluar dari latihan olahraga itu, dan malas-malasan dalam melakukan instruksi yang diberikan pelatih. Sebagian besar atlet mengeluh dan merasa tidak mampu mengerjakan latihan yang diberikan.

Variasi bentuk latihan yaitu suatu pendekatan latihan yang dapat membantu atlet mempelajari keterampilan dasar dalam mempelajari teknik dasar. Model latihan dengan variasi bentuk latihan tersebut dirancang secara khusus untuk mengembangkan latihan atlet tentang pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik dan dapat dipelajari selangkah demi selangkah.

Variasi yang digunakan pelatih olahraga klub bola voli Bina Puteri Medan masih sangat terbatas dan belum mampu membangkitkan kesenangan atlet terhadap materi latihan. Keterbatasan variasi dan tingginya tingkat kesulitan atlet memahami materi latihan memaksa pelatih harus lebih banyak menggunakan variasi, agar atlet dapat memahami materi latihan meskipun hanya dengan dukungan media yang terbatas.

Variasi latihan dapat dilakukan dengan penekanan pada berbagai aspek seperti, bentuk latihan, alat bantu, ukuran lapangan, dan bentuk jumlah pemain. Dengan variasi latihan bertujuan untuk meningkatkan hasil latihan, minat atau partisipasi atlet dalam mengikuti latihan, menciptakan suasana latihan yang menyenangkan dan tidak membosankan lagi bagi atlet.

Penelitian tindakan olahraga ini, akan mencoba memvariasikan bentuk latihan dalam olahraga bola voli pada atlet klub bola voli Bina Puteri Medan usia 16 - 19 tahun 2013 dengan materi teknik *passing* bawah. Latihan dengan variasi bentuk latihan berupa pergerakan yang menggabungkan antara *passing* bawah dengan bola bergerak, untuk meningkatkan hasil *passing* bawah berpasangan yang lebih dilakukan oleh atlet. Selain itu variasi bentuk latihan ini juga untuk meningkatkan peran aktif atlet, partisipasi atlet dalam mengikuti latihan *passing* bawah berpasangan. Dengan penerapan variasi bentuk latihan olahraga yang dilakukan peneliti diharapkan dapat memecahkan atau memberikan jalan keluar yang dihadapi pelatih dalam proses latihan *passing* bawah.

Dari permasalahan umum yang dihadapi pelatih olahraga dalam menerapkan materi latihan khususnya teknik dasar *passing* bawah bola voli, maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian dengan judul “Upaya meningkatkan hasil *passing* bawah bola voli dengan pendekatan variasi bentuk latihan *passing* bawah berpasangan usia 16-19 tahun pada atlet puteri klub bola voli Bina Puteri Medan 2013”.

Adapun harapan peneliti yaitu setelah dilakukan atau dilaksanakan perencanaan kegiatan atlet Bina Puteri medan akan menguasai tehnik dalam

melakukan *passing* bawah dan hasilnya menjadi baik dan penelitian diharapkan berjalan dengan lancar.

Adapun solusi pemecahan masalah yang diberikan oleh peneliti adalah melakukan variasi bentuk latihan *passing* bawah berpasangan dengan sesuai program latihan yang telah dibuat atau yang telah dirancang oleh peneliti.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Kurangnya kreativitas pelatih dalam membuat variasi - variasi latihan teknik *passing* khususnya *passing* bawah bola voli.
2. Program latihan yang kurang berjalan dengan maksimal.
3. Kemampuan *passing* bawah atlet puteri Bina Puteri Medan masih kurang baik.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari masalah yang lebih luas maka diperlukan pembatasan masalah. Adapun masalah yang akan diteliti adalah: Upaya Meningkatkan kemampuan *passing* bawah dengan pendekatan variasi bentuk latihan *passing* bawah berpasangan pada atlet puteri Bina Puteri Medan usia 16 – 19 tahun 2013.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : Apakah variasi bentuk latihan dapat meningkatkan hasil *passing* bawah bola voli dengan

pendekatan variasi buntuk latihan usia 16-19 tahun pada atlet puteri Klub Bina Puteri Medan tahun 2013?

E. Tujuan Penelitian

Mengingat akan pentingnya tujuan dalam suatu penelitian, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah: Untuk meningkatkan hasil *passing* bawah bola voli dengan pendekatan variasi buntuk latihan *passing* bawah berpasangan usia 16-19 tahun pada atlet puteri Klub Bina Puteri Medan tahun 2013.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Agar menjadi bahan masukan pelatih olahraga Klub Bina Puteri Medan tahun 2013.
2. Agar bermanfaat bagi atlet sebagai informasi tambahan yang dapat digunakan menjadi bahan pertimbangan dalam kegiatan pelatihan dan pembinaan prestasi olahraga khususnya usia 16-19 tahun pada atlet puteri Klub bola voli Bina Puteri Medan tahun 2013.
3. Untuk menambah wawasan dalam upaya meningkatkan pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga bagi atlet puteri bola voli pada Klub bola voli Bina Puteri Medan.