

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan suatu cabang olahraga yang berasal dari permainan bola besar dan dimainkan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu dan dipisahkan oleh net untuk membatasi kedua sisi lapangannya. Permainan ini dimainkan di atas lapangan berbentuk empat persegi panjang dan permainan ini dapat dimainkan di dalam ruangan atau di lapangan terbuka. Widodo(2005:9) mengatakan bahwa : “Tujuan permainan bola voli adalah agar setiap regu dapat melewati bola secara teratur (baik) tidak menyentuh lantai (mati) di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai dalam lapangan sendiri”. Selama permainan tiap regu selalu berusaha memasukan bola ke daerah lawan melewati atas net dan berusaha memenangkan pertandingan dengan mematikan bola di daerah lawan. Dari tujuan permainan bola voli maka setiap tim bola voli harus mengetahui bagaimana cara untuk bertahan dan menyerang di dalam permainan bola voli, karena itu setiap pemain harus mengetahui bagaimana teknik-teknik dalam permainan bola voli.

Muhajir (2007:7) menyatakan “Gerakan dasar dengan bola meliputi: servis, *passing*, umpan (*set-up*), *smash*, *spike* dan bendungan (*block*)”. Maka dari berbagai macam teknik dalam permainan bola voli ada hal yang sangat berpengaruh untuk memenangkan pertandingan yaitu serangan yang dilakukan dengan *smash*.

Permainan bola voli juga merupakan salah satu cabang olahraga prestasi, untuk itu diperlukan atlet yang benar-benar potensial dan dimulai dari pembinaan

sejak usia dini. Semua klub olahraga pasti menginginkan prestasi yang tinggi dan maksimal. Prestasi klub olahraga ditentukan oleh seberapa maksimal seorang pelatih mengatur strategi dan melatih atletnya untuk mengeluarkan kemampuan dari atlet tersebut sehingga dapat memberikan prestasi pada klub. Prestasi olahraga seorang atlet juga dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Syafruddin (2011 : 57) pencapaian prestasi terbaik atlet ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar). Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri atlet itu sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya termasuk kondisi fisik sang atlet. Sedangkan yang dimaksud faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri atlet, atau potensi atlet tersebut, misalnya pelatih, pra sarana latihan, iklim dan cuaca, juga masih banyak lagi.

Selain itu, seorang atlet seharusnya memiliki empat aspek yang seimbang demi meraih prestasi maksimal dalam kariernya, yaitu aspek psikologis, aspek biologis, aspek lingkungan dan aspek penunjang (*symposium* olahraga, 1986 halaman 74-76). Dari semua aspek, aspek biologis yang menjadi pandangan pertama seorang pelatih untuk merekrut atletnya, itu dikarenakan aspek ini yang paling gampang dilihat oleh seorang pelatih. Adapun yang termasuk ke dalam aspek biologis antara lain; 1. Potensi dasar tubuh, 2. Fungsi organ-organ tubuh, 3. Postur dan struktur tubuh, 4. Gizi. Atlet yang memiliki keempat aspek biologis tersebut sudah hampir dapat dipastikan memiliki kebugaran jasmani yang baik dan disiplin dalam latihan.

Dalam olahraga bola voli aspek yang sangat terlihat memberikan kontribusi adalah aspek biologis, yaitu berhubungan ketika dalam sebuah permainan bola voli, seorang pemain harus membuat angka demi meraih kemenangan. Pemain bola voli sering melakukan *smash* ketika akan membuat angka. Karena *smash* adalah pukulan yang keras dan menukik tajam sehingga lawan susah untuk mengembalikan pukulan *smash*

Smash merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan kompleks yang terdiri dari langkah, tolakan untuk meloncat, memukul bola dengan keras saat melayang di udara, dan mendarat kembali setelah memukul bola. Dengan demikian, dalam melakukan *smash* seorang pemain diharuskan melakukan lompatan yang maksimal, dan memiliki ayunan lengan yang baik agar bola ketika dipukul memiliki kecepatan yang tinggi untuk masuk ke daerah permainan regu lawan. Selain itu, biasanya seorang *spiker* haruslah memiliki tinggi badan yang optimal demi menambah ruang sasaran *smash*. Karena dengan tinggi badan yang mumpuni, seorang *spiker* menjadi lebih leluasa untuk menghindari *block* yang dilakukan lawan.

Upaya meningkatkan kemampuan *smash* para atlet voli selalu menjadi fokus perhatian para pelatih pada saat melatih, karena jenis pukulan *smash* inilah yang sering menyumbangkan angka untuk regu, sehingga apabila satu regu mempunyai pemain dengan kualitas *smash* yang baik tentunya akan mudah untuk dapat memenangkan suatu pertandingan namun tanpa mengesampingkan teknik dasar yang lainnya. Dalam situasi permainan setiap pemain, terutama bagi mereka yang berposisi sebagai *spiker* akan selalu melakukan upaya *smash* dan

kegiatan ini akan sering dilakukan sepanjang permainan. Dalam upaya melakukan *smash*, tentunya *power* otot tungkai menjadi salah satu faktor pendukung untuk dapat melakukan tolakan yang maksimal pada saat akan melakukan *smash*. Semakin baik kemampuan otot tungkai seorang atlet, maka semakin tinggi loncatan yang dapat dihasilkan. Dengan lompatan yang tinggi maka atlet dapat dengan leluasa untuk mengarahkan bola hasil *smash* ke daerah permainan lawan tanpa harus mengenai bendungan/blok pemain lawan.

Selain harus memiliki *power* otot tungkai yang baik, seorang *spiker* juga haruslah memiliki *power* otot lengan yang baik agar pukulan yang dilakukan menjadi lebih cepat ketika menembus daerah permainan regu lawan. Maka pukulan yang cepat dan tajam akan sangat menyulitkan pemain lawan untuk mengembalikannya.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan oleh penulis dalam melihat langsung proses latihan klub bola voli Realduba Volleyball Club, masih banyak kekurangan dalam melakukan teknik-teknik dasar ketika pertandingan berlangsung, terutama dalam hal melakukan *smash*. Bapak Irya Nanda Dalimunthe selaku pelatih klub bola voli Realduba Volleyball Club juga membenarkan hal tersebut. Menurut Bapak Irya Nanda Dalimunthe kelemahan paling menonjol pada klub yang dilatihnya adalah masalah *smash*.

Penulis mengamati ada masalah dalam klub ini yaitu apabila melakukan *smash* masih menghasilkan pukulan *smash* yang lemah sehingga terlalu mudah untuk diterima lawan dan mudah untuk dikembalikan oleh lawan. Selain itu *smash* yang dilakukan masih sering menyangkut di net yang menyebabkan terjadinya

poin untuk regu lawan. Penulis menyimpulkan perlu diadakan penelitian lebih lanjut. Adapun terdapat faktor penyebab masalah di dalam klub ini yaitu masalah pada *power* otot tungkai dan *power* otot lengan atlet klub bola voli Realduba Volleyball Club yang masih dinilai kurang. Dan dari semua permasalahan tersebut adalah permasalahan yang berasal dari aspek biologis, dimana aspek yang sangat dominan dalam olahraga bola voli dan wajib dikuasai dengan baik oleh para atlet.

Berikut diketahui profil singkat klub bola voli Realduba *Volleyball Club* beserta atletnya :

1. Nama klub adalah Realduba *Volleyball Club* dengan kepanjangan Realduba yaitu Remaja Alur Dua Baru adalah nama desa dimana klub tersebut berdiri.
2. Alamat klub berada di Jalan Besitang Alurdua Baru, Pangkalan Berandan.
3. Realduba *Volleyball Club* dilatih oleh bapak Irya Nanda Dalimunthe yang berusia 32 tahun.
4. Realduba *Volleyball Club* memiliki pembina yaitu bapak M.Suhadi yang berusia 46 tahun.
5. Jadwal latihan klub adalah 4 kali seminggu pada hari Senin, Rabu, Kamis, dan Sabtu.
6. Profil atlet Realduba *Volleyball Club* adalah sebagai berikut :

Tabel 1.1 : Profil Atlet Bola Voli Realduba *Volleyball Club*

NO	NAMA	USIA (Tahun)	POSISI	LAMA BERLATIH
1	Adham Mirza	23	Spiker	2 tahun
2	Amirul Abad	23	Spiker	1 tahun
3	Agashi Falevi	25	Spiker	2 tahun
4	Nanda	25	Tosser	2 tahun
5	Syaiful Bustami	23	Spiker	1 tahun
6	M.Aldiansyah	22	Spiker	1 tahun
7	Zulfan Suhendri	24	Spiker	1 tahun
8	M.Arifin Siregar	24	Spiker	2 tahun

9	Zulkarnain	25	Tosser	2 tahun
10	Surya	24	Libero	2 tahun
11	Panca Purnama	24	Spiker	1 tahun
12	Kusmi Rezeki	22	Spiker	1 tahun
13	Mhd. Iqbal	24	Spiker	1 tahun
14	Zulkifli Siregar	24	Spiker	2 tahun
15	Tomy	24	Spiker	1 tahun

Setelah melakukan wawancara lebih lanjut dengan Bapak Irya Nanda Dalimunthe, maka penulis memutuskan untuk melakukan observasi kepada para atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* pada bulan maret 2016 demi menguatkan dugaan permasalahan yang terdapat pada atlet yang berlatih di klub bola voli Realduba *Volleyball Club*.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *power* otot tungkai, dan *power* otot lengan merupakan masalah yang terdapat dalam klub bola voli Realduba *Volleyball Club*. Berkaitan dengan hal tersebut maka untuk mengetahui sejauh mana “*Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Power otot lengan Terhadap Hasil Smash Atlet Bola Voli Realduba Volleyball Club Tahun 2016*” maka penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tentang hubungan kedua variabel ini.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka dapat dibuat suatu gambaran tentang permasalahan yang dihadapi sebagai berikut: adakah hubungan yang signifikan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Tahun 2016? Adakah hubungan yang signifikan *power* otot lengan terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba

Volleyball Club tahun 2016? Variable bebas manakah yang lebih signifikan hubungannya?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari masalah yang lebih luas dan interpretasi yang berbeda, maka penulis membatasi masalah yang akan dilanjutkan ke ranah penelitian. Adapun masalah yang akan diteliti tersebut, yaitu hubungan *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan *power* otot lengan terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan *power* otot tungkai terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan *power* otot lengan terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan secara bersama-sama *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *smash* atlet bola voli Realduba *Volleyball Club* Pangkalan Berandan Tahun 2016

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan muncul dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengungkapkan beberapa dari sekian banyak permasalahan yang ada pada cabang olahraga bola voli terutama pada teknik *smash*.
2. Sebagai bahan masukan bagi para pelaku olahraga bola voli, khususnya pengurus pencab, pelatih, dan atlet.
3. Sebagai motivasi atlet yang telah mengetahui manfaat penelitian ini.
4. Menjadi dasar pelatih klub yang diteliti untuk membuat program latihan yang selanjutnya akan membuat atlet memiliki kemampuan *smash* yang lebih baik.
5. Sebagai referensi yang berguna bagi para pembaca, khususnya bagi para peneliti yang ingin melanjutkan penelitian lebih signifikan lagi.
6. Untuk menambah pengetahuan bagi siapa saja yang membacanya khususnya bagi penulis yang mengerjakan penelitian ini.