BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga menjadi kebutuhan hidup masyarakat sekarang ini. Pekerjaan menuntut kondisi fisik yang prima sehingga perlu dijaga dengan aktivitas olahraga. Untuk anak-anak dan remaja olahraga menjadi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan motoriknya sehingga memberikan kemudahan dalam mengerjakan kegiatannya sehari-hari. Olahraga bolavoli adalah salah satu olahraga yang sudah memasyarakat. Hal ini dapat dilihat dari hampir di setiap pedesaan atau kelurahan sudah terdapat lapangan voli. Bolavoli menjadi salah satu bentuk kegiatan dari karang taruna dimana malibatkan mulai dari orang tua, remaja dan anak-anak. Pertandingan bolavoli juga telah banyak diselenggarakan mulai dari tingkat kecamatan, kabupaten, nasional dan internasional.

Bolavoli juga telah memberikan penghidupan bagi banyak orang mulai dari pemain yang profesional, wasit, pelatih dan juga pelaku industri olahraga tersebut. Setiap pemain voli tentu berkeinginan untuk menjadi pemain voli yang baik dimana mampu untuk bersaing di tingkat nasional maupun internasional. Sebagian mengambil peran sebagai wasit dan pelatih sedangkan sebahagian lagi mengambil peran sebagai pelaku industri olahraga.

Dalam permainan bolavoli terdiri atas beberapa teknik, diantaranya teknik dengan menggunakan bola yang meliputi *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, umpan, *smash*, dan *block* (Suharno H. P, 1984:4). Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus

dan dilakukan pengulangan dari tingkat anak-anak sampai benar-benar menguasai. Selanjutnya menurut Dinata Marta (2004) bahwa teknik dasar permainan bolavoli adalah suatu proses dasar tubuh untuk melakukan aktivitas jasmani dan penguasaan keterampilan praktek sebaik-baiknya dalam permaian bolavoli serta dapat menyelesaikan permainan dengan baik. Teknik dasar menjadi hal yang sangat penting dalam permainan bolavoli dimana tanpa penguasaan teknik dasar yang baik maka permainan akan menjadi tidak enak untuk dilihat atau ditonton.

Bolavoli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain yang bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain dua orang, dan permainan dengan jumlah enam orang yang biasa sering digunakan. Olahraga bolavoli dapat dimainkan disegala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun lantai buatan, serta dapat dilakukan di gedung.

Melatih teknik dasar bermain bolavoli sebaiknya sudah dilakukan sejak remaja dimana hal ini akan memberikan perasaan yang baik pada setiap pemain untuk mengkoordinasikan setiap teknik menjadi sebuah gerakan yang indah. *Smash* bolavoli adalah salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan dimana dengan teknik ini *point* bisa diperoleh dari lawan (Pranatahadi (76:2007). *Smash* yang keras dan terarah harus dilatih sehingga setiap *spiker* dapat melakukan tugasnya dengan baik. *Smash* yang baik membutuhkan lompatan yang tinggi, pengaturan waktu yang tepat pada saat perkenaan tangan dengan bola, arah

memukul bola yang tepat dan juga kekuatan yang dihasilkan pelaku *smash* harus mumpuni sehingga bisa menghasilkan *point*.

Smash merupakan bagian paling menarik atau letak seninya dalam permainan bolavoli. Hal ini juga merupakan teknik yang paling sulit untuk dipelajari dari cabang olahraga bolavoli. Untuk melakukan *smash*, seorang *spiker* harus melompat ke udara dan dengan tajam memukul sebuah objek bergerak (bola) dan melewati sebuah rintangan (net) sehingga bola mendarat dalam suatu daerah yang dibatasi (lapangan). *Smash* adalah tindakan memukul bola ke bawah dengan kekuatan besar, biasanya meloncat ke atas, masuk kebagian lapangan lawan (Bonnie Robinson, 1997: 13). *Smash* adalah suatu pukulan yang dilakukan dengan keras dan tajam dengan jalannya bola menghujam ke lapangan lawan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1991: 191).

> Nuril Ahmadi (2007: 33) menjelaskan bahwa ada empat langkah teknik *smash* yaitu: (1) Awalan Berdiri dengan sikap normal dengan jarak 3-4 meter dari net. (2) Tolakan Melangkah kecil ke depan, kemudian menumpu pada kedua kaki disertai gerakan merendahkan badan dengan cara menekuk lutut. (3) Sikap saat perkenaan Pada saat melayang bila bola telah berada di atas depan dan dalam jangkauan tangan maka segeralah tangan dipukulkan secepat-cepatnya. (4) Sikap akhir Setelah bola dipukul, maka spiker segera mendarat ke tanah dilakukan dengan kedua kaki untuk diteruskan dengan mengambil sikap siap normal.

Beberapa permasalahan yang terjadi dalam melatih kemampuan *smash* pada pemain pemula adalah kurangnya kemampuan analisis terhadap situasi lingkungan yang ada sehingga sering mengulangi kesalahan yang sama dan berulang-ulang. Pengalaman yang belum diperoleh dalam melakukan *smash* bolavoli mulai dari awalan, lompatan dan mendarat. Pengembangan model latihan *smash* bolavoli merupakan salah satu upaya membantu menyelesaikan

permasalahan tersebut. Dengan memberikan model latihan mulai dari awalan hingga mendarat maka atlet akan lebih mudah untuk menganalisis ketinggian bola, arah dan juga putaran bola tersebut sehingga dengan tepat akan mengambil keputusan pada saat kapan akan melompat dan memukul bola.

Terbatasnya sarana dan prasarana di kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dan juga klub olahraga harus bisa diatasi dengan mengembangkan model latihan yang tidak menggunakan banyak peralatan. Dari hasil pengamatan selama ini, pengembangan model *smash* bolavoli yang dilakukan oleh para pelatih belum dapat membawa suasana latihan yang efektif dan efisien, dengan terciptanya latihan yang menyenangkan dan dapat memotivasi atlet untuk lebih berpeluang untuk mengeksploitasi kemampuan *smash* secara luas dan bebas, sesuai tingkat kemampuan yang dimiliki.

Melatih *smash* dengan cara konvensional seperti memukul bola melewati net yang memiliki tinggi yang standar tentu akan membosankan setiap atlet khusunya yang remaja dimana kegiatan yang dilakukan sejenis dan berulang-ulang. Melihat kondisi yang seperti itu perlu adanya model latihan *smash* yang lebih menarik atau tidak monoton agar dapat meningkatkan kemampuan *smash* dalam permainan bolavoli. Hal ini perlu dipikirkan oleh pelatih agar menciptakan suatu latihan yang lebih efektif dan efisien untuk membentuk seorang spiker yang handal. Dengan adanya latihan yang efektif dan efisien diharapkan siswa dapat berkembang lebih cepat dalam melakukan smash agar dapat bersaing dengan sekolah lain dalam pertandingan antar sekolah.

Perlu kiranya dikembangkan model latihan yang dapat meningkatkan minat pemain bolavoli dimana model tersebut menarik untuk dilakukan, dapat mencapai tujuan yang ditepatkan yaitu meningkatkan kemampuan *smash* bolavoli. Dengan mengembangkan model latihan *smash* pemain-pemain bolavoli tingkat pemula tidak lagi menghabiskan banyak waktu untuk melatih teknik *smash*. Latihan akan dilakukan lebih efektif dan efisien.

B. Identifikasi Masalah

Seperti yang di uraikan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Apakah model latihan *smash* bolavoli perlu untuk dilakukan?
2. Bagaimana model latihan *smash* bolavoli yang akan dikembangkan ?
3. Faktor-faktor apa saja yang perlu dikembangkan untuk meningkatkan kualitas materi model latihan *smash* bolavoli?
4. Peralatan apa saja yang dapat digunakan untuk mengembangkan model latihan *smash* bolavoli?
5. Apakah pendekatan latihan yang digunakan oleh pelatih sudah tepat sasaran dalam penguasaan tehnik dasar bolavoli khususnya dalam teknik *smash*?

C. Spesifikasi Produk

Produk yang diharapkan akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan model latihan *smash* bolavoli. Untuk mengembangkan semua aspek teknik *smash* secara efektif dan efisien, juga dapat meningkatkan intensitas kemampuan fisik sehingga derajat kebugaran jasmani meningkat. Produk yang dihasilkan diharapkan akan bermanfaat sebagai referensi tambahan dalam dunia pendidikan.

Adapun Manfaat dari produk antara lain : 1. Meningkatkan pemahaman atlet akan teknik *smash*, 2. Sebagai khasanah dan informasi ilmiah yang berkaitan dengan masalah pengembangan model latihan *smash* bolavoli, 3. Mengatasi keterbatasan sarana dan prasarana dalam latihan *smash* bolavoli.

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan model latihan *smash* bolavoli melalui kajian dari permasalahan yang ada dimana penerapanya melibatkan ahli di bidang permainan bolavoli dan juga ahli di bidang olahraga.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai kebermanfaatan yang bisa dipergunakan oleh pihak lain dalam perihal peningkatan kemampuan bermain bolavoli karena itu diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk :

1. Mengembangkan model latihan *smash* dalam permainan bolavoli.
2. Sebagai bahan pemahaman latihan bolavoli di klub atau kegiatan ekstrakurikuler.
3. Meningkatkan teknik *smash* bolavoli dengan metode latihan yang berbeda sehingga latihan tidak membosankan bagi atlet.
4. Memberikan sumbangan pengetahuan dan pikiran yang sekaligus dapat dijadikan suatu pedoman pembinaan bolavoli di klub atau kegiatan ekstrakurikuler.
5. Menambah pengetahuan dan keterampilan atlet bolavoli untuk dapat melakukan teknik *smash* yang optimal.