BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sekarang ini telah menjadi kebutuhan setiap individu, karena melakukan kegiatan olahraga yang baik dan benar serta berkesinambungan dapat meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Hal ini dapat kita lihat dari antusias masyarakat disetiap kegiatan-kegiatan olahraga. Menurut Harsuki dalam buku Prof. Dr. Syafruddin, M. Pd (1982) dalam sejarah olahraga indonesia yang diterbitkan tahun 2003, berasal dari bahasa jawa "olah" yang berarti berlatih, melakukan kegiatan dari "raga"yang berarti badan atau jasmani, sehingga "olahraga" pada waktu itu mempunyai arti "gerak badan" atau sport.

Bola voli menjadi salah satu olahraga yang paling digemari karena permainannya relatif ringan dan mudah, menyenangkan untuk aktifitas pilihan berolahraga, menambah kekompakan,keakraban serta kerjasama, teknik-tekniknya cukup sederhana untuk dipelajari dan dikuasai, peraturan permainannya tidak terlalu rumit, dan tentu saja karena permainan tersebut enak untuk di tonton dan dimainkan.

Perkembangan bola voli di Indonesia makin banyak diterima dan digemari oleh masyarakat, bahkan di sekolah-sekolah permainan bola voli ini sudah menjadi mata pelajaran yang wajib diajarkan oleh guru penjas. Fenomena ini merupakan bukti dari masyarakat Indonesia bahwa permainan bola voli sebenarnya olahraga yang cukup manarik dan unik. Karena Indonesia merupakan salah satu negara yang sangat menggemari permainan bola voli ini, maka pada

Tahun 2001 Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PP. PBVSI) menerjemahkan dan menyusun kembali peraturan permainan bola voli di Gedung Voli, Jl. Asia Afrika, Senayan Jakarta.

Permainan bola voli mengacu kepada tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli, semestinya sudah sejak dini mendapat perhatian serius dalam usaha pengembangan dan peningkatan kualitas permainan. Untuk dapat menghasilkan tim-tim yang tangguh setiap tim harus mampu memanfaatkan potensi tim, yang meliputi potensi dalam grup dan potensi yang dimiliki oleh masing-masing pemain.

Menurut Suharno (1982 : 40) mengungkapkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi maksimal dalam cabang olahraga. Faktor –faktor tersebut dapat diklasifikasikan menjadi empat aspek yaitu:

a) Aspek biologis terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh, struktur tubuh dan gizi.
b) Aspek psikologis terdiri atas intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan saraf.
c) Aspek lingkungan.
d) Aspek penunjang.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa untuk mencapai prestasi yang maksimal diperlukan faktor-faktor yang saling menunjang. Dalam permainan bola voli terdapat teknik-teknik dasar yaitu, servis, pass bawah, pass atas, *smash* dan blok (Sudirman, 2004 : 10). Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang kalahnya suatu

pertandingan. Dari sekian banyak teknik dasar yang ada, *smash* merupakan teknik yang selalu digunakan untuk menyerang dan menghasilkan angka serta meraih kemenangan.Karena permainan bolavoli merupakan permainan cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan dengan teknik bertahan. *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. Oleh karena itu, 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 kedaerah permainan regu lawan.

Dalam situasi permainan setiap pemain, terutama bagi mereka yang berposisi sabagai *spike*r akan selalu melakukan upaya *smash* dan kegiatan ini akan sering dilakukan sepanjang permainan. Dalam upaya melakukan *smash*, tentunya kekuatan otot lengan menjadi salah satu faktor pendukung agar pukulan yang dilakukan lebih cepat ketika menembus daerah permainan lawan. Maka pukulan yang cepat dan tajam akan sangat menyulitkan pemain lawan untuk mengembalikan bola. Semakin baik kemampuan otot tungkai seorang atlet, maka semakin tinggi loncatan yang dapat dihasilkan. Selain harus memiliki kekuatan otot lengan yang baik, panjang tungkai juga sangat berpengaruh dalam melakukan *smash*, dimana dengan ayunan atau panjang tungkai akan mempengaruhi hasil *smash*. Lompatan yang tinggi maka atlet dapat dengan leluasa untuk mengarahkan bola hasil *smash* kedaerah lawan tanpa harus mengenai bendungan/blok pemain lawan.

Menurut pelatih kelemahan paling menonjol pada klub yang di latihnya adalah masalah *smash*. Setelah melihat, kondisi fisik yang paling berpengaruh adalah kekuatan otot lengan dan panjang tungkai dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri klub Gaperta VC Medan.

Peneliti 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. Peneliti bermaksud perlu diadakan penelitian lebih lanjut. Adapun terdapat faktor penyebab masalah di dalam klub ini yaitu masalah pada kekuatan otot lengan dan panjang tungkai dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri klub Gaperta VC Medan 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.

Setelah melakukan wawancara lebih lanjut dengan pelatih, maka peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian ke klub bola voli puteri Gaperta VC Medan pada hari Rabu, 4 Juli 2018 demi menguatkan dugaan permasalahan yang terdapat pada atlet yang berlatih di klub bola voli puteri Gaperta VC Medan.

Berdasarkan dari pengamatan dan melihat prestasi yang belum maksimal maka peneliti berkeinginan untuk melihat korelasi adakah hubungan kondisi fisik kekuatan otot lengan dan panjang tungkai terhadap hasil *smash* pada atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan Tahun 2018.

Berkaitan dengan hal tersebut maka untuk mengetahui sejauh mana "Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Tungkai Dengan Hasil Smash Atlet Bola Voli Puteri Gaperta VC Medan Tahun 2018" maka peneliti tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tentang hubungan ketiga 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 siknifikan kekuatan otot lengan dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018? Adakah hubungan yang signifikan panjang tungkai dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari masalah yang lebih luas dan interprestasi yang berbeda, maka peneliti membatasi masalah yang akan dilanjutkan ke ranah penelitian. Adapun masalah yang akan di teliti tersebut, yaitu Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Tungkai Dengan Hasil Smash Atlet Bola Voli Puteri Gaperta VC Medan Tahun 2018.

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 kekuatan otot lengan dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018?

2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan panjang tungkai dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama kekuatan otot lengan, dan panjang tungkai dengan hasil smash atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan kekuatan otot lengan dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan panjang otot tungkai dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan secara bersama-sama kekuatan otot lengan dan panjang tungkai dengan hasil *smash* atlet bola voli puteri Gaperta VC Medan tahun 2018.

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 masukan bagi para pelaku olahraga bola voli, khususnya pengurus pengcab, 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 menambahkan pengetahuan bagi siapa saja yang membacanya khususnya bagi penulis yang mengerja

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY