

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Ada banyak olahraga yang ada di dunia ini, tak heran jika masyarakat sangat menyukai olahraga. Karena olahraga merupakan kegiatan jasmani yang dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Selain untuk kesehatan, olahraga juga di kategorikan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan pembinaan di usia dini baik dari kemampuan teknik, taktik, strategi.

Salah satu olahraga yang sangat digemari masyarakat luas ialah olahraga bola voli. Tak hanya di kota, masyarakat desa juga gemar dengan olahraga bola voli. Olahraga ini dapat dimainkan mulai dari tingkat anak-anak sampai orang dewasa, baik pria maupun wanita.

Untuk memperoleh hasil yang memuaskan dalam permainan bola voli, diperlukan penguasaan teknik dasar. Karena teknik dasar bola voli merupakan unsur yang menentukan kalah dan menangnya regu dalam pertandingan. Oleh karena itu, teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar di kuasai lebih dahulu agar dapat mengembangkan untuk pertandingan lancar dan teratur. Beberapa keterampilan dasar tersebut meliputi *passing* atas dan *passing* bawah, *smash*, *block*, serta servis yang meliputi servis bawah, servis atas dan servis lompat (*Jumping Service*).

Teknik dasar tersebut merupakan modal dasar yang harus dipelajari dan dilatih bagi pemain pemula jika ingin berprestasi. Banyak atlet pemula yang mengabaikan teknik tersebut dan maunya hanya berlatih *smash* saja, padahal dari teknik yang ada tersebut semuanya saling berkaitan dari teknik yang paling sederhana yaitu teknik dasar *passing* sampai teknik yang paling sulit yaitu *blocking*. Tentu hal itu harus pula didukung dengan penanganan seorang pelatih yang baik dan kerja keras atlet yang selalu menjunjung tinggi kedisiplinan dalam berlatih. Sehingga setiap masalah yang akan dihadapi dapat diatasi dengan terus membenahi diri, dengan cara mengembangkan, mengevaluasi dan memperbaiki dari segala sektor pendukung serta terus mencari metode dan teknik yang lebih efektif dan efisien agar dapat menghasilkan atlet yang prestasinya lebih baik dan akhirnya memperoleh tim yang lebih berprestasi.

Dalam permainan bola voli dibutuhkan adanya pertahanan yakni *block* dan *defence*. *Block* ialah suatu bentuk upaya yang dilakukan oleh pemain bola voli untuk membendung serangan/*smash* yang dilancarkan oleh pemain lawan. Selain itu, *Block* merupakan pertahanan lapisan pertama menghadapi serangan lawan yang bertujuan untuk menutup sebagian lapangan anda dari pihak lawan ( Dalam Barbara 2000 : 121). *Block* merupakan inti dari seluruh sistem pertahanan, hanya dengan pertahanan yg kuat pemain dapat mengimbangi pukulan-pukulan *smash* lawan ( Dalam Dieter Beutelstahl 2016: 30). Sedangkan *defence* ialah bagian dari *passing* bawah. *Defence* merupakan suatu gerakan menerima serangan lawan dengan menggunakan satu tangan atau dua tangan ( Barbara 2000: 97)

Dari ungkapan di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan *block* dan *defence* adalah pertahanan yang paling utama. *Block* merupakan bentuk pertahanan lapisan pertama yang dilakukan seorang pemain untuk membendung serangan lawan. Apabila *block* yang dilakukan pemain bagus maka serangan lawan secara mudah dapat di gagalkan. Sedangkan *defence* merupakan suatu pertahanan menerima serangan lawan yang dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan. *Defence* juga merupakan suatu pertahanan yang di butuhkan dalam permainan. Dengan pertahanan yang bagus maka serangan lawan dengan mudah diterima dan serangan lawan tidak mendapatkan poin.

Peneliti mengamati latihan *block* dan *defence* yang dilakukan di beberapa klub Gaperta, TVRI dan Kabupaten Deli serdang ini masih sedikit, masih banyak atlet saat melakukan *block* dan *defence* masih kurang bervariasi dan terlihat monoton sehingga hasilnya pun kurang maksimal. Dikarenakan pelatih belum membuat pola latihan yang berbeda dan menarik tanpa kehilangan tujuan awal dari latihan itu sendiri. Oleh karena itu pelatih perlu untuk melakukan pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* sehingga latihan menjadi lebih menarik, tidak membosankan dan bermanfaat bagi atlet.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di beberapa klub yang berada di klub Gaperta, TVRI dan Deli Serdang pada bulan September 2017, peneliti melakukan wawancara kepada pelatih. Wawancara yang dilakukan kepada pelatih klub bola voli Gaperta, TVRI dan Deli Serdang yaitu untuk mengetahui apakah latihan yang selama ini di lakukan masih biasa saja atau sudah bervariasi. Dan dapat di tarik kesimpulan bahwa variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada

bola voli di klub ini masih sedikit, alangkah baiknya jika variasi latihan *block* kombinasi *defence* ditambah variasi-variasi latihan yang bertujuan untuk mengurangi kejenuhan dan kebosanan atlet saat melakukan variasi *block* kombinasi *defence* dimana latihan sebelumnya hanya masih terlalu biasa.

Peneliti kemudian melanjutkan pengamatan ketika atlet melakukan simulasi *game*, terlihat seringkali pukulan-pukulan atau serangan lawan terlalu mudah untuk menghasilkan poin dikarenakan pertahanan *block* dan *defence* mereka yang kurang baik. Peneliti berkeinginan menciptakan sebuah produk yang memiliki keunggulan dibanding produk sebelumnya. Maka diperlukan adanya pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada atlet bola voli Gaperta, TVRI dan Deli Serdang.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti dengan cara mengamati, melihat serta wawancara, maka peneliti melakukan analisis kebutuhan yang dilakukan terhadap 30 orang atlet bola voli. sehingga diperoleh 100% ingin menambah variasi latihan *block* kombinasi *defence* yang baru, 100% ingin menambah latihan variasi latihan *block* kombinasi *defence* dengan baik dan benar, 100 % latihan variasi latihan *block* kombinasi *defence* diperlukan, 100% perlukah menguasai variasi latihan *block* kombinasi *defence*, 90% latihan akan terasa membosankan jika hanya fokus pada satu trik saja. ,96% dengan menguasai latihan variasi latihan *block* kombinasi *defence* akan meningkatkan permainan, 100% menurut anda latihan variasi latihan *block* kombinasi *defence* akan menyenangkan, 100% latihan variasi latihan *block* kombinasi *defence* akan membuat anda lebih terampil, 93% membutuhkan variasi latihan *block* kombinasi

*defence*, 100% menurut anda pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* diperlukan.

Dari berbagai ungkapan di atas dapat disimpulkan bahwa seluruh pemain bola voli membutuhkan adanya variasi yang baru dalam melatih variasi *block* kombinasi *defence* tersebut diharapkan dapat meningkatkan prestasi.

Hasil yang dikemukakan di atas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dikembangkan variasi latihan *block* kombinasi *defence*, yang diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kemampuan *block* kombinasi *defence* pada bola voli sehingga dapat mempertinggi prestasi atlet bola voli.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan penelitian ini dikemukakan pada beberapa bentuk pertanyaan :

1. Bagaimanakah pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada atlet bola voli di kota Medan?
2. Apakah pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* diperlukan oleh atlet bola voli?
3. Seberapa penting pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada atlet bola voli?

4. Apa sajakah faktor yang mempengaruhi pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada atlet bola voli?
5. Apakah manfaat pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada atlet bola voli?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi maka penulis berfokus kepada pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada bola voli.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat di rumuskan permasalahan yang akan di teliti adalah untuk mengetahui pengembangan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada bola voli dapat meningkatkan kemampuan *block* dan *defence* pada bola voli yang lebih menarik dan menyenangkan bagi atlet bola voli tahun 2017.

### **E. Spesifikasi Produk**

Produk yang dikembangkan pada penelitian pengembangan ini adalah variasi latihan *block* kombinasi *defence* yang baru. Bentuk variasi-variasi latihan *block* kombinasi *defence* yang efektif dan efisien sehingga menjadi daya tarik untuk pemain. Produk yang dihasilkan berupa buku yang diharapkan dapat

menambah ilmu pengetahuan untuk keterampilan variasi *block* kombinasi *defence* dan mempertinggi prestasi atlet bola voli.

#### **F. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian pengembangan ini untuk mengembangkan variasi latihan *block* kombinasi *defence* pada atlet bola voli dan menghasilkan bentuk variasi latihan *block* kombinasi *defence* yang baru dalam olahraga bola voli.

#### **G. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti sebagai penambah wawasan dan pengetahuan, sebagai masukan kepada pelatih untuk memberbudayakan variasi latihan dalam sesi latihan, sebagai masukan kepada atlet yang berlatih, sebagai bahan masukan kepada calon-calon peneliti berikutnya, khususnya bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan.