

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu cabang olahraga bola besar yang cukup ramai diminati oleh masyarakat. Olahraga adalah olah gerak badan yang melibatkan otot besar dan dilakukan secara teratur dan terencana dengan tujuan untuk menguatkan dan menyehatkan organ-organ tubuh. Salah satunya adalah olahraga permainan bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang tidak terlalu memerlukan tempat yang luas, peraturan yang sederhana, sarana dan prasarana yang mudah didapat, sehingga hampir setiap orang dapat belajar dan berlatih.

Prinsip permainan bola voli adalah memainkan bola dengan divoli (dipukul dengan anggota badan) dan berusaha menjatuhkan bola kelapangan lawan dengan menyebrangkan bola lewat atas serta mempertahankan agar bola tidak jatuh dilapangan sendiri.

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan bola voli itu sendiri adalah melewati bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan (Ahmadi 2007:3).

Muhajir (2006:8) mengemukakan bahwa "Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga dengan memvoli bola di udara hilir mudik di

atas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain”.

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh oleh pemain. Menurut Ahmadi (2007:20) teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block* dan *smash*. Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada teknis servis dengan melompat (*jump service*).

Menurut Suharno (dalam jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan 2016 Vol 1 No. 1) Untuk mencapai suatu prestasi yang maksimal yang di inginkan ada beberapa persyaratan yang harus dikuasai oleh atlet. Suharno (1982:2) menjelaskan bahwa: “Untuk mencapai prestasi yang maksimal atlet harus mempunyai beberapa persyaratan yaitu: (1) Kesehatan tubuh, (2) Bentuk tubuh, (3) Kondisi fisik, (4) Penguasaan teknik, (5) Penguasaan taktik, dan (6) Memiliki kejiwaan dan kepribadian yang baik”.

Komponen-komponen kondisi fisik yang mendukung pencapaian gerak dalam olahraga adalah kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*muscular power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), keseimbangan (*balance*), koordinasi (*coordination*), kelincahan (*agility*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*). Sedangkan komponen-komponen kondisi fisik yang mendukung keterampilan servis atas adalah power otot lengan dan otot tungkai.

Dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa kondisi fisik seperti power otot lengan, dan otot tungkai merupakan kondisi fisik yang memegang peranan penting dalam olahraga bola voli khususnya dalam melakukan servis atas, karena dapat memperoleh pukulan servis yang keras dan tajam.

Servis merupakan salah satu teknik yang dipakai untuk memulai serangan. Dengan servis melompat, lemparan bola yang dihasilkan akan lebih kuat dan cepat. Dengan servis yang memiliki keuntungan yang cukup banyak, namun belum banyak pemain berani untuk menggunakan servis ini. Pelaksanaan servis atas terlihat mudah dan sederhana. Akan tetapi pada saat pelaksanaannya banyak faktor yang harus diperhatikan agar tercapai pelaksanaan teknik servis atas yang baik dan benar. Pelaksanaannya memiliki beberapa tahapan awalan, melompat, kemudian sikap akhir.

Dalam pelaksanaan servis atas dengan melompat dibutuhkan kekuatan otot tungkai yang baik serta kekuatan otot lengan untuk menghasilkan tolakan yang baik, sehingga menghasilkan servis yang kuat dan tajam.

Atlet putri klub bola voli Gaperta Vc, merupakan salah satu klub bola voli yang cukup lama berdiri di Medan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti bahwa atlet memakai servis lompat, namun hasil servis belum maksimal sebagaimana data awal untuk kekuatan otot lengan, kekuatan otot tungkai dan servis atas terlampir dilampiran. Dan peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul Hubungan *Power* Otot Lengan dan *Power* Otot Tungkai Terhadap Hasil Servis Atas pada Atlet putri klub bola voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah yang timbul dalam penelitian ini dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut: Faktor-

faktor apa saja yang mempengaruhi hasil servis atas? apakah terdapat hubungan *power* otot lengan terhadap hasil servis atas? Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas? Apakah terdapat hubungan *power* otot lengan dan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari interpersi yang berbeda dan masalah yang lebih meluas, maka perlu dilakukan pembatasan masalah. Adapun masalah yang akan di teliti adalah hubungan *power* otot lengan dan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas pada atlet putri klub bola voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018.

D. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan *power* otot lengan terhadap hasil servis atas pada atlet putri Klub Bola Voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018?
2. Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas pada atlet putri Klub Bola Voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018?
3. Apakah terdapat hubungan *power* otot lengan dan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas pada atlet putri Klub Bola Voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah di atas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui :

1. Hubungan *power* otot lengan terhadap hasil servis atas pada atlet putri Klub Bola Voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018.
2. Hubungan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas pada atlet putri Klub Bola Voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018.
3. Hubungan *power* otot lengan dan *power* otot tungkai terhadap hasil servis atas pada atlet putri Klub Bola Voli Gaperta Vc Medan Tahun 2018.

F. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ataupun kegunaan tersebut antara lain:

1. Secara Teoritis

Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai hubungan antara kekuatan otot lengan dan *power* otot tungkai dengan hasil servis dalam permainan bola voli, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menyusun program latihan teknik kepada pemain.

2. Praktis

- a. Bagi klub yang bersangkutan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan pengukuran.
- b. Bagi pelatih, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk merancang program

yang akan diberikan dan agar dalam memberi pembinaan, pelajaran atau pelatihan lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.

3. Bagi masyarakat umum sebagai bahan masukan tentang gambaran *servis* bola voli sehingga dapat memperkenalkan bola voli kepada masyarakat.



THE
Character Building
UNIVERSITY