

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap aspek kehidupan manusia selalu memiliki arah atau tujuan yang ingin diwujudkan. Tujuan tersebut dapat berupa target jangka panjang maupun sasaran yang ingin dicapai dalam waktu yang lebih dekat. Pendidikan jasmani adalah studi, praktik, dan apresiasi seni dan ilmu gerak insani. Pendidikan jasmani adalah bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Gerak atau aktivitas jasmani adalah alamiah dan dasar keberadaan bagi setiap insan. Gerak itu sendiri adalah ciri dari makhluk hidup dimana gerak merupakan bagian aktivitas asmani yang melekat pada manusia. Karena itu, pembelajaran gerak atau aktivitas jasmani sesungguhnya sangat penting bagi kualitas hidup manusia (Setiyawan, 2017).

Olahraga sebagai salah satu ilmu pengetahuan yang merupakan bagian dari pendidikan jasmani juga memiliki andil dalam membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Selain itu, olahraga juga sangat memiliki pengaruh terhadap kesehatan dan prestasi seseorang. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 13, menyebutkan bahwa olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Salah satu olahraga yang perlu dibina dan ditingkatkan prestasinya adalah olahraga bola voli.

Permainan bola voli merupakan permainan bola besar yang menggunakan net, bola dan lapangan sebagai peralatan dan fasilitas lainnya, olahraga bola voli dimainkan oleh dua tim yang saling berlawanan masing-masing tim terdiri enam orang. Permainan bola voli memiliki tujuan untuk mendapatkan poin sebanyak-banyaknya untuk memenangkan setiap setnya, dalam pertandingan dituntut mempertahankan dan menggagalkan serangan tim lawan untuk mendapatkan poin (Nurfalah, 2019).

Permainan bola voli merupakan permainan yang sangat kompleks, yang di dalamnya melibatkan kerja sama serta keterampilan teknik dasar yang harus dikuasai setiap pemain. Menurut (Sunardi & Kardiyanto, 2015) mengemukakan bahwa permainan bola voli adalah permainan tempo yang sangat cepat sehingga waktu untuk memainkan bola terbatas, jika tidak dibarengi dengan penguasaan teknik dasar yang sempurna akan menyebabkan kesalahan teknik yang lebih besar.

Penguasaan teknik dasar bola voli terdiri beberapa teknik yaitu passing atas, passing bawah, *smash*, *block* dan *service*. Dari berbagai macam teknik dasar tersebut yang sering diabaikan adalah passing atas. Dengan melakukan passing yang baik dalam suatu permainan maka strategi bertahan dan menyerang yang diharapkan dapat dilakukan dengan sebaik-baiknya. Menurut (Mushofi, 2017) dalam permainan bola voli, passing atas merupakan pukulan/ pengambilan bola ke atas dan harus dikuasai oleh setiap pemain. Dengan melakukan passing atas maka bola yang dimainkan akan terarah baik dan sering memenuhi sasarannya.

Passing atas dalam permainan bola voli adalah mengumpan atau mengoperkan bola kepada teman satu regu yang biasanya dilakukan untuk membuat serangan yang mematikan bagi regu lawan, namun bila mendapatkan kesempatan yang baik, passing atas juga bisa digunakan sebagai serangan dengan menempatkan bola ketempat yang kosong (Andrianto, 2016).

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik ingin melakukan observasi langsung terhadap proses latihan atlet di Klub Akral Deli Serdang pada tanggal 18 Juni 2025, peneliti menemukan apa penyebab atlet masih sering melakukan kesalahan passing atas. Salah satu penyebabnya adalah tidak adanya perencanaan program latihan yang matang dari pelatih, kurangnya latihan khusus passing atas yang diberikan pelatih kepada atlet, pelatih memberikan latihan passing atas hanya untuk pengumpan. Penyebab lain yaitu kurang tepatnya sasaran operan bola passing atas yang diberikan, bola sering keluar lapangan dan juga hasil passing yang dilakukan sering menyusahkan teman satu tim.

Kurangnya kemampuan passing atas pada atlet Klub Akral Deli Serdang, ditunjukkan dari hasil tes awal yang peneliti lakukan, dari 12 orang atlet yang melakukan tes kemampuan passing atas memperoleh hasil yaitu 2 orang (16,66%) berada dalam kategori kurang dan sisanya 10 orang (83,33%) berada dalam kategori kurang sekali.

Kendala dalam melakukan passing atas pada atlet tentunya merugikan tim saat melakukan pertandingan karena passing atas adalah hal dominan untuk memulai serangan kepada tim lawan. Sehingga menurut peneliti, para atlet di Klub Akral Deli Serdang harus mendapatkan latihan peningkatan passing atas

yang lebih baik agar pada saat melakukan passing atas bisa lebih baik atau tepat sasaran.

Maka solusi yang ditawarkan untuk menangani permasalahan tersebut adalah penerapan latihan yang mengarah kepada kemampuan passing atas itu sendiri dengan menggunakan latihan bervariasi *wallbounce*. Menurut (Fathoni, 2019) Latihan *wallbounce* adalah latihan passing atas dengan mempassing bola ke dinding secara berulang-ulang guna mengukur kemampuan dan ketepatan dalam mempassing bola. Dalam hal ini dibutuhkan konsentrasi mempassing bola ke dinding seakurat mungkin supaya bola tepat sasaran yang diinginkan. Diharapkan dengan latihan *wall bounce* atau bola dipantulkan ke dinding dapat meningkatkan passing atas seorang atlet.

Penelitian yang dilakukan oleh (Widodo, 2025) menghasilkan bahwa latihan menggunakan media dinding yang diterapkan pada kelompok eksperimen, yang dijalankan dapat menimbulkan perubahan-perubahan dalam kemampuan passing atas, atlet juga mudah mengantisipasi bola karena tidak terpancang oleh teman pasangannya dan mudah diarahkan bola pantulannya. Dengan melakukan pelatihan selama 1 bulan dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu sangat berpengaruh terhadap hasil kemampuan passing atas bola voli.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh (Afdi, 2019) dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa terjadi peningkatan secara signifikan kemampuan passing atas dengan model pelatihan passing dengan sasaran dinding. media pelatihan berbasis dinding bila diterapkan secara teratur, terprogram, berkesinambungan, serta disiplin yang tinggi terbukti berkontribusi dapat

meningkatkan kemampuan passing atas bola voli, sehingga pelatihan tersebut dapat diterapkan.

Dari permasalahan yang terjadi di Klub Akral Deli Serdang, mendorong peneliti untuk mengkaji kemampuan passing atas atlet bola voli di klub tersebut dengan memberikan program latihan yang lebih efektif, sehingga dapat diketahui sejauh mana pengaruh metode latihan yang diberikan kepada atlet bola voli Klub Akral Deli Serdang dalam meningkatkan kemampuan passing atas. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Bervariasi *Wallbounce* Terhadap Kemampuan Passing Atas Pada Atlet Bola Voli Putra Klub Akral Deli Serdang”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Tidak adanya perencanaan program latihan yang matang dari pelatih.
2. Kurangnya latihan khusus *passing* atas yang diberikan pelatih kepada atlet Klub Akral Deli Serdang.
3. Ketika pertandingan kurang tepatnya sasaran operan bola passing atas yang diberikan dan juga hasil *passing* yang dilakukan sering menyusahkan teman satu tim.
4. Kurangnya hasil kemampuan *passing* atas bola voli para atlet Klub Akral Deli Serdang berdasarkan tes awal yang diberikan.

1.3 Pembatasan Masalah

Melihat luasnya permasalahan pembelajaran yang telah diuraikan di atas dan keterbatasan peneliti, maka masalah dalam penelitian ini hanya dibatasi pada “Pengaruh Latihan Bervariasi *Wallbounce* Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Pada Atlet Bola Voli Putra Klub Akral Deli Serdang Pada Tahun 2025”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah pengaruh latihan bervariasi *wallbounce* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bola voli putra Klub Akral Deli Serdang?”

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah “Untuk menganalisis pengaruh latihan bervariasi *wallbounce* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bola voli putra Klub Akral Deli Serdang”.

1.6 Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Secara Teoretis

Bagi pembina atau pelatih, dapat menambah pengetahuan olahraga, khususnya permainan bola voli mengenai bentuk-bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas atlet. Serta memberi suatu bentuk rangsangan guna menggali permasalahan dalam prestasi olahraga dari segi keilmuan. Serta memberi informasi yang bersifat alamiah, ataupun dapat dijadikan sebagai bahan diskusi atau seminar ataupun bisa menjadi objek penelitian selanjutnya.

2. Secara Praktis

Dengan mengetahui latihan bervariasi *wallbounce* dalam bola voli, dapat digunakan sebagai pedoman dalam memilih bentuk latihan kemampuan passing atas yang sesuai dan dapat diterapkan pada atlet guna meningkatkan prestasi.

