

BAB I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan seorang Pembina pendidikan jasmani pada tahun 1895 di Amerika Serikat. Permainan bola voli adalah salah satu olahraga permanainan yang sudah memasyarakat di Indonesia, baik didaerah perkotaan maupun pedesaan. Olahraga bola voli berkembang di berbagai negara termasuk di Indonesia pada tahun 1928 yang di bawa oleh orang-orang Belanda, kemudian permainan tersebut diterima di tengah-tengah masyarakat. Permainan bola voli sangat banyak diminati oleh lapisan masyarakat baik itu dari anak-anak, remaja, dewasa, bahkan orang tua sekalipun sangat menyukai olahraga ini.

Dalam kehidupan modern sekarang ini olahraga menjadi kebutuhan hidup masyarakat dimana banyak manfaat olahraga yang dirasakan secara langsung oleh pelakunya. Yang mana tujuan dari berolahraga adalah mencapai prestasi setinggitingginya dengan semaksimal mungkin bagi mereka baik individu maupun tim. Untuk mendapatkan prestasi dibidang olahraga yang digeluti diharapkan mendapat ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan pembinaan di usia dini baik dari kemampuan teknik, taktik, strategi dan mental serta melalui pendekatan ilmiah.

Menurut Blume (2004 : 55) dalam jurnal Ragilisya, dkk beberapa komponen teknik yang sering dijumpai diantaranya serangan dan pertahanan terdiri dari : *passing* atas, *passing* bawah, servis, pukulan serangan (*spike*), *blocking*, pertahanan lapangan. Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh pemain dalam permainan bola

voli adalah *spike*. *Spike* merupakan serangan yang dilakukan dengan melompat dan memukul bola sekeras mungkin ke area tim lawan dan menghasilkan point. *Spike* terbagi dari berbagai macam yaitu : *Spike normal (open spike)*, *spike semi*, *spike pull*, *spike* dari belakang (Kasih, 2016 : 35). Namun smash yang dipakai dalam penelitian ini adalah *open spike*.

Mengajarkan teknik atau keterampilan dasar yang dibutuhkan untuk bertanding dalam pertandingan yang sebenarnya merupakan langkah awal dalam melatih para atlet bola voli. Untuk melatih teknik dan keterampilan tersebut, kita bisa bergabung dalam club olahraga. *Club* olahraga merupakan wadah atau organisasi yang paling utama dalam tugas pembinaan prestasi atlet, sebagai wadah untuk menghimpun atlet serta sebagai sarana untuk menarik atlet, khususnya atlet yang masih muda, dan merupakan wadah yang tepat sebagai para pelatih untuk mengembangkan dan mengimplementasikan ilmu kepelatihan yang dimiliki. UU Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005, ayat 4 pasal 27 menyebutkan bahwa “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga yang bersifat daerah dan nasional, serta menyelenggarakan pertandingan secara bertahap dan berkesinambungan”. Pelatihan yang berkelanjutan dan terarah penting untuk mencapai tujuan ini.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pelatih Club Tower Kota Pematang Siantar yang bernama Viktoria Siregar S.Pd, yang dimana pelatih tersebut mengatakan bahwa kemampuan *smash* dari atlet voli Club Tower kurang baik dan kurang maksimal perlakuannya, maka dari itu atlet membutuhkan latihan *smash* lebih banyak agar atlet dapat menyesuaikan *timing* memukul dengan bola, serta *timing* melompat dengan bola, karena mereka kurang dalam melakukan

hal ini serta pukulan nya pun jadi ngasal karena tidak tepat saat melompat. Club Tower berlokasi di Jl. Parsoburan, Kota Pematang Siantar mengungkapkan kurang maksimalnya kemampuan *open spike* atlet, yang dapat dilihat dari ketika melakukan *smash* masih asal-asalan, tidak tepat sasaran dan ketika melakukan *smash timing* nya tidak tepat antara melompat dan memukul bola, seperti bola sudah datang namun atlet telat untuk melompat, begitu sebaliknya. Dalam permainan bola voli, *smash* itu sangat diperlukan untuk mendapatkan *point*. Jika *smash* yang dilakukan tim tidak tepat, itu akan menguntungkan lawan dengan bola kita yang *out* atau pun jika *smash* kita pelan maka akan mudah diantisipasi lawan sehingga mereka bisa menyerang balik dan mendapatkan *point*. Setelah melakukan observasi dan wawancara maka dilakukanlah tes pendahuluan yaitu tes *open spike* pada tanggal 25 Mei 2023 terhadap 10 atlet putra bola voli Club Tower Pematang Siantar disesuaikan dengan norma tes *smash*, menunjukkan hasil yang belum baik. Dapat diketahui bahwa 6 orang atlet di kategorikan kurang dan 4 orang atlet lainnya kurang sekali.

Melihat kondisi yang seperti itu, perlu adanya latihan atau memukul bola dengan diulang-ulang agar memperoleh ketepatan dalam memukul bola. Hal ini perlu diperlukan agar menciptakan suatu latihan yang lebih efektif dan efisien untuk membentuk *spiker* yang handal. Dengan adanya latihan yang efektif dan efisien diharapkan siswa dapat berkembang lebih cepat dalam melakukan *spike* agar dapat bersaing dengan atlet-atlet lainnya. Salah satu latihan *spike* yang baik adalah menggunakan variasi latihan. Variasi dalam latihan ini berguna untuk menghilangkan kejenuhan pada atlet, apalagi latihan dalam waktu yang lama. Minimnya variasi latihan dapat menjadikan pemain kurang mampu menguasai

teknik dasar *spike*. Program latihan yang terarah dengan menerapkan metode-metode latihan teknik dasar yang bervariasi dan metode latihan fisik yang dikombinasi dengan permainan, tujuannya agar atlet tidak jenuh pada saat mengikuti latihan dan mendapatkan hasil maksimal dari latihan.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan *Open Spike* terhadap Kemampuan *Open Spike* pada Atlet Putra Bola Voli Club Tower Pematang Siantar Tahun 2023”

1.2. Identifikasi masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah yang ada dalam penelitian ini, yakni :

1. Bagaimanakah kondisi kemampuan *smash* atlet bola voli *Club Tower* Pematang Siantar ?
2. Apa saja faktor yang menyebabkan atlet belum memiliki *smash* yang baik?
3. Bentuk latihan apakah yang mampu meningkatkan *smash* atlet bola voli?
4. Apakah melalui variasi latihan *open spike* dapat meningkatkan kemampuan *open spike* atlet bola voli?

1.3. Pembatasan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada “Pengaruh variasi latihan *open spike* terhadap kemampuan *open spike* bola voli pada atlet putra *Club Tower* Kota Pematang Siantar Tahun 2023”

1.4. Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh variasi latihan *open spike* terhadap kemampuan *open spike* bola voli pada atlet putra *Club Tower* Kota Pematang Siantar Tahun 2023?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *open spike* terhadap kemampuan *open spike* bola voli pada atlet putra *Club Tower* Kota Pematang Siantar Tahun 2023.

1.6. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

Manfaat secara teoritis :

1. Memahami kemampuan *open spike* pada atlet bola voli *Club Tower* Pematang Siantar
2. Memahami pengaruh variasi latihan *open spiket* erhadap kemampuan *open spike* pada atlet bola voli *Club Tower* Pematang Siantar

Manfaat secara empiris :

1. Sebagai bahan masukan bagi pelatih dan atlet yang berusaha meningkatkan kemampuan *open spike*.
2. Sebagai bahan referensi bagi peneliti yang akan melakukan penelitian lebih lanjut.
3. Sebagai referensi dan masukan bagi civitas akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan serta sumbangan bagi dunia kepelatihan.