

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli adalah merupakan suatu permainan yang menggunakan alat berupa bola besar yang memiliki keunikan tersendiri dari permainan-permainan yang lain. Karena di sini pemain harus memiliki keterampilan gerak khusus, terlebih dalam melakukan *passing* bawah dengan dua tangan, yang mana gerakan ini tidak didukung gerakan kita sehari-hari. Lain halnya dengan permainan dan gerakan yang lain, sehari-hari dengan tidak sengaja kita melakukan gerakan yang mendukung permainan tersebut.

Dengan demikian gerakan yang kita lakukan sehari-hari itu secara tidak langsung adalah merupakan sebuah latihan gerak permainan. Tetapi dimana gerakan sehari – hari yang banyak menunjang gerakan *passing* bawah dengan dua tangan dalam permainan bola voli? Disinilah dasar kurang terampilnya pemain pemula permainan bola voli, sehingga wajar saja untuk pemain pemula sangat kesulitan untuk melakukan gerakan teknik dasar *passing* bawah bola voli.

Terkait dengan hal diatas, cabang olahraga bola voli merupakan olahraga yang memerlukan teknik dasar bola voli yang baik agar dapat menunjang permainan yang baik dari seorang pemain.. Seperti dipaparkan oleh Ngatiyono, (2007:12) bahwa “ *Passing* bawah harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli karena *passing* bawah

berguna untuk menerima serangan dari lawan baik servis maupun smash. *Passing* sangat diperlukan oleh semua pemain bola voli baik di spesialisasi manapun.

Drs. Harsono M.Sc (1988 : 100) berpendapat bahwa Latihan teknik (technical training) adalah latihan untuk memperdalam teknik-teknik gerakan yang diperlukan untuk mampu melakukan cabang olahraga yang dilakukan atlet, misalnya menendang bola, melempar lembing, menangkap bola, membendung smash, dan sebagainya. Latihan teknik adalah latihan khusus dimaksudkan untuk membentuk dan memperkembangkan kebiasaan-kebiasaan motorik atau perkembangan neuromuscular. Kesempurnaan teknik-teknik dasar dari setiap gerakan adalah penting oleh karena akan menentukan gerakan keseluruhan. Oleh karena itu, gerak-gerak dasar setiap bentuk teknik yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga haruslah dikuasai secara sempurna.

Dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bola voli ini merupakan modal dasar untuk mencapai keterampilan yang optimal, tanpa adanya faktor-faktor tersebut maka sulitlah bagi seorang pemain bola voli untuk bermain bola voli dengan baik sesuai yang diinginkan oleh seorang pelatih. Tinggi rendahnya penguasaan seorang pemain bola voli dalam hal teknik dasar yang menjadi modal yang paling dasar untuk bermain bola voli senantiasa mempengaruhi penampilannya saat bermain dilapangan.

Di dalam mengembangkan olahraga prestasi yang berkembang pada sekarang ini, sangat diperlukan suatu proses di dalamnya yaitu bisa dengan belajar ataupun berlatih. Dengan belajar dan berlatih sangat memungkinkan seorang pemain

bisa meningkatkan keterampilan teknik maupun fisiknya sesuai dengan olahraga yang digelutinya. Belajar dan berlatih sering juga kita jumpai dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah–sekolah, kegiatan ini sangat mendukung prestasi olahraga siswa. Berhubung di dalam pembelajaran biasanya hanya untuk memperkenalkan suatu olah raga, jadi melalui kegiatan ekstrakurikuler siswa semakin diasah untuk dapat menguasai semua teknik maupun fisik suatu permainan olahraga agar kiranya siswa bisa dapat berkembang sesuai yang diharapkan.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler, siswa diberikan materi latihan sesuai dengan kriteria siswa, dimana untuk pemula akan diberikan pendekatan langsung dan tidak langsung. Untuk siswa yang telah dapat melakukan *passing* dengan benar akan ditingkatkan lagi dengan latihan–latihan yang sesuai dengan kemampuannya. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan siswa sekolah atau universitas, di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan di luar jam pelajaran sekolah. Kegiatan dari ekstrakurikuler ini sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, pengembangan kepribadian, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri.

Sekolah SMA Negeri 1 Sei Suka Kec. Sei Suka Kab. Batu Bara adalah termasuk sekolah yang maju di bidang olahraga terutama pada olahraga bola voli, dimana sekolah ini telah menjadikan banyak siswa yang mampu menyumbangkan piala dalam olahraga bola voli. Prestasi ini berlanjut turun temurun sampai tahun 2007, pada tahun inilah siswa SMA Negeri 1 Sei Suka Kec. Sei Suka terakhir mendapat piala bola voli dalam kejuaraan bola voli antar pelajar se Kec. Sei Suka.

Keberhasilan para siswa dalam berprestasi sangat didukung oleh program sekolah SMA Negeri 1 Sei Suka yang mengadakan kegiatan ekstrakurikuler setiap hari senin, rabu, jum'at dimana kegiatan ekstrakurikuler ini sangat membantu siswa untuk mengembangkan keterampilan olahraga yang dia senangi dan dia tekuni. Dalam kegiatan ini setiap siswa menentukan olahraga mana yang digelutinya, agar perkembangan keterampilan gerak dan tekniknya dapat meningkat dan memenuhi apa yang dibutuhkan dalam melakukan suatu permainan olahraga tersebut. Di sekolah SMA Negeri 1 Sei Suka kegiatan ekstrakurikuler diadakan tiga kali dalam seminggu yaitu pada hari senin, rabu, jum'at jadi siswa bisa mengembangkan keterampilan olahraganya pada hari tersebut.

Lain halnya dengan olahraga bola voli, kegiatan ekstrakurikuler permainan bola voli di sekolah ini lebih sering dilaksanakan yaitu tiga kali dalam satu minggu, yakni jadwal tetapnya hari senin, rabu dan jum'at. Karena mulai dari dahulu permainan bola voli di SMA Negeri 1 Sei Suka sangat disukai para siswa, terlebih juga sekolah lebih melengkapi sarana dan prasarana olahraga bola voli.

Tetapi mulai tahun 2007 sampai sekarang SMA Negeri 1 Sei Suka tidak dapat lagi menyumbangkan piala dalam kejuaran-kejuaraan bola voli antar sekolah sampai sekarang ini, dimana kemampuan para siswa dalam olahraga bola voli ini sudah menurun. Hal ini disebabkan karena pembinaannya kurang baik, ataupun juga latihan yang diberikan tidak bervariasi dan tidak terprogram sesuai dengan tujuan yang diinginkan sehingga keterampilan teknik dasarnya tidak meningkat ataupun tidak berkembang.

Setelah peneliti melakukan observasi dan melakukan wawancara dengan guru pendidikan jasmani di sekolah SMA Negeri 1 Sei suka , ternyata masalah yang mendasar bagi siswa adalah dalam hal teknik dasar *passing* bawah bola voli, padahal teknik *passing* bawah bola voli adalah keterampilan yang mutlak harus dikuasai seorang pemain bola voli.

Pada saat peneliti mengamati siswa yang sedang bermain bola voli dalam kegiatan ekstrakurikuler ini, sering sekali siswa gagal dalam menerima servis dan smesh dengan pertahanan *passing* bawah. Sama halnya untuk membentuk serangan, *passing* yang dilambungkan untuk toser/seter kebanyakan tidak sesuai dengan apa yang diinginkan toser baik dalam hal tinggi lambungan bola dan penyampaian *passing* kepada toser. Kebanyakan seorang toser harus berlari mendatangi bola untuk dapat mengumpun bola ke pemain penyerang, hal ini membuat toser kewalahan melambungkan bola pada pemain penyerang.

Dalam observasi ini peneliti juga melakukan test awal untuk mengetahui kemampuan yang sebenarnya dari semua siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sei Suka yang sudah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler permainan bola voli selama 1 tahun latihan, agar diketahui apa benar bahwa kebanyakan siswa SMA Negeri 1 Sei Suka yang mengikuti ekskul bola voli belum menguasai teknik *passing* bawah bola voli dengan baik. Berikut skor yang diperoleh oleh siswa:

| No. | Nama Siswa | Umur | Skor <i>Passing</i> bawah kesempatan | | | Hasil Terbaik | PPH (%) | Kategori |
|-----|------------|------|--------------------------------------|-----|-----|---------------|---------|----------|
| | | | I | II | III | | | |
| 1. | Amri | 18 | 37 | 41 | 45√ | 45 | 75 | Sedang |
| 2. | Adi | 16 | 33 | 39 | 46√ | 46 | 76,6 | Sedang |
| 3. | Ilman | 17 | 23 | 25 | 27√ | 27 | 45 | Sedang |
| 4. | Habib | 16 | 35 | 43 | 45√ | 45 | 75 | Sedang |
| 5. | Ali | 16 | 25 | 29√ | 28 | 29 | 48,3 | Kurang |
| 6. | Muin | 18 | 20 | 22 | 24√ | 24 | 40 | Kurang |
| 7. | Hendrik | 17 | 28 | 31 | 30√ | 30 | 50 | Kurang |
| 8. | Sandi | 17 | 20 | 25 | 28√ | 28 | 46,6 | Kurang |
| 9. | Anto | 18 | 28 | 40 | 45√ | 45 | 75 | Sedang |
| 10. | Aswin | 16 | 22 | 28√ | 28√ | 28 | 46,6 | Kurang |
| 11. | Nova | 17 | 20 | 22 | 24√ | 24 | 40 | Kurang |
| 12. | Putra | 17 | 23 | 25 | 29√ | 29 | 48,3 | Kurang |
| 13. | Wira | 16 | 25 | 35 | 46√ | 46 | 76,6 | Sedang |
| 14. | Rido | 17 | 20 | 26 | 30√ | 30 | 50 | Kurang |

<http://sunarnosblog.blogspot.com/2010/6.norma-test-dan-pengukuran.html>

Norma Penilaian Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Oleh Sunarno 2010

| Rentang | Nilai | Kategori |
|------------|-------|---------------|
| 60 Ke Atas | 85 | Sangat Baik |
| 47 – 59 | 80 | Baik |
| 31 – 46 | 75 | Sedang |
| 16 – 30 | 70 | Kurang |
| 0 – 15 | 65 | Sangat Kurang |

Test awal *passing* bawah bola voli putra SMA Negeri 1 Sei Suka ini dilaksanakan pada Kamis tanggal 27 September 2012 di sekolah tersebut. Test yang digunakan adalah melakukan *passing* bawah ke dinding berulang-ulang kali selama satu menit yang dimana telah dijelaskan dalam buku Nurhasan. Hasil yang diperoleh dalam test awal ini adalah 5 orang siswa mendapat kategori Sedang (35,71%), dan 9 orang siswa mendapat kategori kurang (64,28%).

Dari hasil tersebut diketahui bahwasanya Kemampuan *passing* bawah siswa masih rendah, dimana hasil dari *test* awal ini menunjukkan bahwa hasil *passing* bawah siswa masih rendah. Diamati juga pada proses pelaksanaan *passing*, banyak ditemui kesalahan-kesalahan pada pelaksanaannya. Masih banyak siswa yang tidak membuka kaki membentuk kuda-kuda, lengannya tidak diluruskan, siku tidak dikunci, ketepatan perkenaan pada bola, dan kekuatan ayunan *passing* belum dipahami siswa.

Dihadapkan dengan permasalahan di atas, penulis mencoba mencari cara untuk meningkatkan teknik *passing* bawah bola voli yang menjadi masalah bagi siswa SMA Negeri 1 Sei Suka Kec. Sei Suka yang mengikuti kegiatan

ekstrakurikuler bola voli agar siswa–siswa tersebut dapat berprestasi lagi dalam olahraga bola voli. Penulis tertarik sekali untuk memberikan suatu latihan yang baik untuk meningkatkan *passing* bawah pemain bola voli SMA Negeri 1 Sei Suka dengan bentuk variasi latihan *passing* bawah. Diharapkan setelah diberikan tindakan latihan ini kemampuan *passing* bawah siswa akan meningkat sampai kategori sedang yakni dengan persentase 75%.

Pengertian *passing* bawah adalah suatu gerakan melambungkan bola yang menggunakan kedua tangan menyatu dan rapat, yang dimana perkenaan bola pada lengan bawah bagian dalam. Dimana dalam melakukan *passing* bawah bola voli ini kaki dibuka sejajar bahu dengan lutut ditekuk membentuk kuda–kuda, tangan dirapatkan dan diayun sampai sejajar bahu dengan iringan gerakan tubuh melambungkan bola. Suharno HP (1982:28) berpendapat bahwa, *passing* bawah adalah mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Maka dari itu penulis sangat tertarik untuk meneliti kegiatan ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sei Suka dengan mengangkat judul

“Upaya Meningkatkan Hasil *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Latihan Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sei Suka Kec. Sei Suka Tahun 2013”.

Adapun alasan penulis ingin meneliti tentang *drill* adalah ingin mengetahui peningkatan teknik *passing* bawah siswa SMA Negeri 1 Sei Suka yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler jika diterapkan variasi latihan *passing* bawah.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah yang akan diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut : faktor apa sajakah yang dapat mempengaruhi peningkatan hasil latihan *passing* bawah dalam permainan bola voli? Apa ada faktor metode latihan teknik yang dapat memberikan peningkatan terhadap hasil latihan *passing* bawah bola voli? Apakah faktor metode latihan variasi latihan mempengaruhi peningkatan hasil latihan *passing* bawah bola voli? Seberapa besarkah pengaruh yang di berikan metode latihan teknik variasi latihan terhadap peningkatan hasil latihan *passing* bawah bola voli?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari masalah yang lebih luas, maka dalam penelitian ini perlu dibuat pembatasan masalah yang menjadi sasaran dari penelitian dan mempertegas sasaran yang akan dicapai. Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Siswa SMA Negeri 1 Sei Suka Kec. Sei Suka yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli belum menguasai teknik *passing* bawah dengan baik.
2. Hasil latihan *passing* bawah bola voli siswa SMA Negeri 1 Sei Suka Kec. Sei Suka masih rendah.
3. Pengaruh penerapan variasi latihan terhadap hasil latihan *passing* bawah bola voli.

D. Rumusan Masalah

Bertitik tolak dari identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, yakni: "Bagaimana variasi latihan dapat meningkatkan hasil latihan *passing* bawah dalam permainan bola voli siswa SMA Negeri 1 Sei Suka dalam kegiatan ekstrakurikuler.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah: Untuk mengetahui apakah melalui metode latihan teknik variasi latihan dapat meningkatkan hasil latihan *passing* bawah bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Sei Suka dalam kegiatan ekstrakurikuler.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti hasil ini sebagai masukan dan dapat memperkaya pengetahuan olahraga khususnya bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Guru, sebagai bahan masukan untuk memperbaiki dan mengembangkan proses pembelajaran *passing* bawah bola voli dan pelatih pada sekolah SMA Negeri 1 Sei Suka Tahun Ajaran 2013.
3. Bagi siswa, untuk mengatasi kesulitan belajar terutama dalam proses pembelajaran *passing* bawah bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Sei Suka yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli Tahun Ajaran 2013

THE
Character Building
UNIVERSITY