

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli menurut Kurniawan, Feri (2011, hlm. 86) “permainan bola voli dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang pemain dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu”. menurut Hidayat (2020) mengemukakan bahwa “permainan bola voli sangat menyenangkan, banyak orang yang melakukan salah satu kegiatan rekreasi. Sebagian lainnya melakukan untuk meningkatkan keterampilan bola voli yang diarahkan melalui prestasi” (hlm. 16). Permainan bola voli menurut Nasuka (2019) mengemukakan bahwa “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan masing-masing grup berhadapan dan dipisahkan oleh sebuah jaring atau net”(hlm. 1). Jadi permainan bola voli adalah olahraga beregu yang setiap regunya terdiri dari 6 orang pemain yang bertujuan untuk memukul bola ke lapangan lawan untuk mendapatkan poin.

Olahraga bola voli merupakan permainan yang cukup populer di dunia termasuk di negara kita sendiri. Bola voli ini mudah dimainkan dan dapat dilakukan di *outdoor* maupun *indoor*. selain itu, bola voli juga memiliki aturan yang sederhana dan tidak memerlukan peralatan yang terlalu mahal sehingga banyak masyarakat menggemarnya. Selain itu permainan bola voli juga banyak manfaat bagi kesehatan, rekreasi dan prestasi. Perkembangan bola voli Indonesia kian hari makin meningkat selain banyaknya kejuaraan-kejuaraan di daerah-daerah seperti Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA), Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV), Pekan Olahraga Nasional (PON), Kejuaraan Nasional Antar Klub, Liga Voli Indonesia (Livoli) dan Liga Voli Profesional (Proliga). Tentunya dengan adanya kompetisi *professionalisme* akan lebih banyak yang termotivasi untuk berlatih agar menjadi pemain yang profesional. Olahraga bola voli juga salah satu cabang olahraga yang dijadikan sebagai alat untuk menyampaikan tujuan pendidikan yang

pelaksanaannya dapat dilakukan di sekolah mulai dari SD, SMP, SLTA-Perguruan tinggi.

Dari beberapa uraian di atas, untuk dapat bermain bola voli yg baik maka setiap pemain harus menguasai tehnik dasar bola voli, tehnik dasar bola voli yg harus di kuasai sejalan dengan itu Rizal, Saleh dan Latuheru (2020:hlm 118). “Mengemukakan bahwa untuk dapat bermain bola voli perlu dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar bermain yang baik cenderung pemain tersebut dapat bermain bola voli dengan baik pula sehingga perlu penguasaan beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain bola voli yaitu teknik *servis* bola, teknik *passing* bola, teknik *smash*, dan teknik *blok*”. Sedangkan menurut Menurut Nasuka (2019:hlm 2) “Teknik dasar bermain bola voli sebenarnya bukan gerakan yang sulit dan bisa hampir dimainkan oleh setiap orang. Teknik ini mudah dipelajari dan dipraktikkan tanpa harus memenuhi syarat-syarat yang rumit, tetapi untuk mencapai tingkat keterampilan teknik yang tinggi memerlukan bakat dan latihan yang keras. Olahraga bola voli memiliki beberapa teknik dasar yaitu *service*, *passing*, *smash* dan *blocking*”.

Di dalam pertandingan bola voli teknik itu sangat penting karna merupakan Satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan dan harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli. Teknik tanpa bola merupakan dasar untuk melakukan teknik dengan bola. Apabila kita dapat menguasai teknik tanpa bola dengan baik maka, kita akan dengan mudah melakukan teknik dengan bola. Apabila semua teknik bola voli telah di kuasai oleh seorang pemain maka kualitas permainannya pun akan baik dan enak untuk ditonton Adapun teknik dalam bola voli menurut Hadzik, Khairul dan Anwar Musadad (2017 : hlm 18-22) teknik yang harus dikuasai oleh pemain bola voli diantaranya: *Passing* bawah, *Passing* Atas, *Servis*, *Smash/Spike*, *Bendungan/Block*.

Selain itu karakteristik permainan bola voli sangat membutuhkan komponen biomotorik seperti kekuatan (*power*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*), dan daya tahan (*endurance*). Beberapa komponen tersebut harus di miliki oleh para permainan karena dalam permainan bola voli lebih cenderung berlangsung dalam tempo yang cepat. Dalam permainan bola voli, fisik yang kuat tidak terlepas dari

peran komponen biomotorik yakni unsur kecepatan, kekuatan, kelincahan, reaksi, dan keseimbangan. Untuk menjadi pemain yang berkualitas tinggi dalam permainan bola voli diperlukan penguasaan teknik keterampilan bagus, dan di dukung dengan program latihan yang berkelanjutan dan menyeluruh.

Semua teknik dasar dalam permainan bola voli memiliki gerakan yang sulit dan kompleks, karena dalam setiap gerakan membutuhkan koordinasi gerak antara gerakan kaki (*footwork*), lengan, dan pandangan mata. Banyak faktor yang menyumbang pada kemampuan manusia untuk mempelajari keterampilan gerak. Keterampilan gerak tubuh juga akan mempengaruhi kemampuan bermain bola voli seseorang. Ketika keterampilan gerak berbeda maka berbeda pula kemampuan bermain bola volinya. Ketika seorang anak bertumbuh dan berkembang, kemampuan penampilannya juga bertambah, antara lain *motor ability*. Seperti yang di jelaskan oleh Widiastuti (2015 : hlm 191). “Bahwa kemampuan motorik merupakan salah satu indikator kebugaran yang penting pada setiap individu yang rat kaitannya dengan pencapaian kualitas keterampilan gerak. Yang dimaksud kemampuan motorik (*motor fitness*) adalah suatu kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan kemampuan fisik untuk melaksanakan suatu gerakan, Atau dapat pula didefinisikan bahwa kemampuan motorik adalah kapasitas penampilan seseorang dalam melakukan berbagai tugas gerak.

Sedangkan Rusli lutan (1988) dalam nurhasan dan narlan abdul (2014 : 98), mengemukakan “kemampuan motorik (*motor ability*) sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan dari suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak”. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pengaruh faktor biologis sebagai kekuatan yang utama berpengaruh terhadap kemampuan motorik (*motor ability*) dasar seseorang. Kemampuan motorik (*motor ability*) dasar itulah sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan. Selain itu keterampilan banyak tergantung pada kemampuan dasar. Kemampuan dasar antara lain: keseimbangan, kecepatan reaksi, fleksibilitas, koordinasi, daya ledak, kelincahan ketepatan, daya tahan dan stamina.

Setiap individu mempunyai potensi dan kemampuan gerak yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut merupakan permasalahan yang harus dicarikan jalan

keluarnya dalam proses dan kegiatan pembelajaran maupun pelatihan sehingga individu tersebut dapat menguasai seluruh keterampilan gerak yang diajarkan dengan baik. Penguasaan terhadap suatu keterampilan gerak dalam bola voli bukanlah hal yang mudah, karena dibutuhkan bakat dan latihan.

Dapat diketahui bahwa hubungan motor ability dengan keterampilan dasar sangat erat, karena setiap keterampilan membutuhkan kemampuan gerak yang baik agar dalam pelaksanaannya dapat terlaksana dengan baik juga karena di dalam permainan bola voli membutuhkan daya tahan, kecepatan, daya ledak, dan kelincahan.

Selain motor *ability*, salah satu aspek fisik yang signifikan dalam permainan ini adalah tinggi badan. Tinggi badan memiliki peran penting dalam berbagai teknik dan strategi permainan voli, seperti yang diungkapkan oleh Sutrisno (2009) dan Sugiarto (2010).

Menurut Sutrisno (2009, hlm. 22), posisi tubuh yang tepat sangat penting dalam permainan voli. Penempatan tubuh yang baik memungkinkan pemain untuk bergerak lebih efisien dan tepat waktu, yang pada akhirnya meningkatkan kemampuan mereka dalam melaksanakan tugas-tugas spesifik di lapangan. Tinggi badan yang memadai dapat menjadi salah satu faktor yang mendukung penempatan tubuh yang efektif. Dengan tubuh yang lebih tinggi, pemain dapat mengatur posisi tubuh mereka dengan lebih baik untuk mencapai ketinggian yang diperlukan saat melakukan blok, servis, atau smash.

Sugiarto (2010, (hlm. 22) menambahkan bahwa posisi tinggi dalam voli sangat bermanfaat saat melakukan servis, blocking, dan smash. Tinggi badan memungkinkan pemain untuk mencapai ketinggian yang diperlukan untuk memaksimalkan efektivitas dari setiap teknik ini. Misalnya, dalam melakukan servis atas, pemain yang memiliki tinggi badan lebih akan memiliki keuntungan dalam menjangkau bola yang dilambungkan di atas kepala mereka. Servis yang dilakukan dari ketinggian yang lebih tinggi cenderung lebih sulit untuk diantisipasi oleh tim lawan karena sudut dan kecepatan bola yang lebih tajam. Blok juga

menjadi salah satu teknik yang sangat diuntungkan oleh tinggi badan. Pemain yang lebih tinggi memiliki jangkauan tangan yang lebih luas dan mampu menutup area yang lebih besar di atas net, sehingga mempersulit lawan untuk melakukan smash yang berhasil melewati blok mereka. Keunggulan dalam jangkauan ini memberikan keuntungan defensif yang signifikan bagi tim.

Selain itu, smash atau pukulan keras ke arah lapangan lawan juga dipengaruhi oleh tinggi badan. Pemain yang lebih tinggi dapat melompat dan memukul bola dari ketinggian yang lebih besar, memberikan sudut serangan yang lebih curam dan lebih sulit dipertahankan oleh lawan. Smash yang dilakukan dari ketinggian yang lebih tinggi juga cenderung memiliki kecepatan yang lebih besar, membuat bola lebih sulit untuk diantisipasi dan dihalau oleh tim lawan. Tinggi badan merupakan salah satu faktor fisik yang tak dapat diabaikan dalam permainan bola voli. Dengan tubuh yang lebih tinggi, pemain dapat meningkatkan efektivitas mereka dalam melakukan servis, blok, dan smash.

Dalam penyelenggaraan ekstrakurikuler bola voli ini pembina ekstrakurikuler yaitu salah satu guru di SMA Negeri 7 Tasikmalaya itu sendiri. Selain itu jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini berjumlah 25 orang siswa terdiri dari kelas VII, VIII dan IX. selama satu minggu berlatih sebanyak 2 kali yaitu hari rabu dan jumat pukul 14.00 WIB. Diadakanya ekstrakurikuler bola voli ini untuk menjadikan wadah siswa menambah ilmu dan menambah skill tentang bola voli.

Namun demikian untuk mengetahui hubungan *motor ability* dan tinggi badan dengan keterampilan gerak dasar bermain bola voli siswa perlu di uji kebenarannya melalui penelitian. Hal ini yang diteliti diantaranya *motor ability*, tinggi badan dan keterampilan dasar bola voli. Prasarana olahraga di sekolah sudah dilengkapi lapangan bola voli yang sudah lumayan baik tetapi belum seperti lapangan bola voli yang nasional.

Dari penjelasan di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa keseimbangan berpengaruh pada saat siswa mendarat setelah melakukan *spike*, kecepatan reaksi

berpengaruh pada saat siswa melakukan *spike* atau melakukan *passing*, *fleksibilitas* berpengaruh pada saat siswa akan melakukan *smash* karena pada saat siswa melakukan *smash* dibutuhkan *fleksibilitas* lengan dan juga panggul yang baik, koordinasi berpengaruh pada saat siswa melakukan *passing* dan juga pada saat siswa akan melakukan *smash* karena ketika siswa melakukan *smash* atau *passing* dibutuhkan koordinasi antara kaki, mata dan tangan. Daya ledak berpengaruh pada saat siswa melakukan *spike* karena semakin bagus daya ledak otot lengan maka semakin bagus juga *spike* yang dihasilkan, kelincahan berpengaruh pada saat siswa menerima *servis* yang jauh dari jangkauan atau pada saat menerima serangan dari lawan, sedangkan daya tahan dan stamina tentunya sangat berpengaruh di setiap olahraga apapun khususnya bola voli karena semakin bagus daya tahan dan stamina siswa tersebut akan menunjang siswa dalam pertandingan sehingga mampu menjaga ritme pertandingan. Selanjutnya tinggi badan memberikan keunggulan dalam hal jangkauan dan sudut serangan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan performa keseluruhan tim dalam pertandingan. Oleh karena itu, selain kemampuan motorik, aspek anatomis seperti tinggi badan perlu mendapat perhatian khusus dalam pembinaan dan strategi tim bola voli.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis simpulkan adanya keterkaitan antara kemampuan gerak dengan keterampilan bermain bola voli. Penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan *Motor Ability* dan Tinggi Badan dengan Keterampilan Bola Voli Pada Siswa Ektrakurikuler SMA Negeri 7 Tasikmalaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas penulis mengajukan rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat hubungan *motor ability* dengan keterampilan bola voli?
- b. Apakah terdapat hubungan tinggi badan dengan keterampilan bola voli?
- c. Apakah terdapat hubungan *motor ability* dan tinggi badan dengan keterampilan bola voli?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalah pahaman arti istilah yang digunakan judul penelitian ini maka penulis mendefinisikan beberapa istilah tersebut sebagai berikut:

- a. Hubungan menurut Kamus Besar Indonesia (KBBI) adalah sebagai berikut: ‘Bersambung atau berangkai (yang satu dengan yang lain) bertalian (dengan); berkaitan (dengan); bersangkutan (dengan) oleh sebab; karena’. Hubungan yang di maksud dalam penelitian ini adalah kemampuan *motor ability* dengan keterampilan bermain bola voli siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 7 Tasikmalaya.
- b. *Motor ability*, Menurut Nurhasan (2003 : hlm 213), adalah ‘kemampuan yang umum seseorang untuk bergerak’. Yang dimaksud *motor ability* dalam penelitian ini yaitu kemampuan gerak yang dimiliki siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 7 Tasikmalaya.
- c. Tinggi badan menurut Annas Buanasita (2022) adalah ukuran vertikal dari kepala ke kaki seseorang, biasanya diukur dalam sentimeter atau inci, menunjukkan dimensi fisik vertikal seseorang. Yang dimaksud tinggi badan dalam penelitian ini yaitu ukuran tinggi badan untuk menunjang dalam melakukan permainan bola voli
- d. Keterampilan bermain yang dimaksud keterampilan di penelitian ini adalah keterampilan Teknik dasar permainan bola voli yaitu teknik *service*, *passing*, *smash* dan *blocking*.
- e. Bola voli, merupakan “salah satu cabang olahraga memvoli bola diudara bolak-balik diatas jarring/net, dengan maksud menjatuhkan bola dalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan” (Sagala & Daulay, 2020, hlm.117).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan:

- a. Untuk mengetahui hubungan *motor ability* dengan keterampilan bola voli.
- b. Untuk mengetahui hubungan tinggi badan dengan keterampilan bola voli.
- c. Untuk mengetahui hubungan *motor ability* dan tinggi badan dengan keterampilan bola voli.

1.5 Kegunaan Penelitian

Berdasarkan latar masalah dan tujuan penelitian yang telah diuraikan di atas, maka penulis menguraikan manfaat penelitian secara teoritis dan praktis.

a. Manfaat teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini memberi masukan dan informasi bagi pengembang untuk mendukung khususnya mengenai bagaimana hubungan *motor ability* dan tinggi badan dengan keterampilan bola voli.

b. Manfaat praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memusatkan teori-teori dalam permainan bola voli khususnya siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 7 Tasikmalaya guna mengetahui seberapa besar antara: hubungan *motor ability* dan tinggi badan dengan keterampilan bola voli.