

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Bola Voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim. Setiap tim terdiri dari enam orang dan dipisahkan oleh net. Menurut PBVSI (2010) “Bola Voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap tim dan dipisahkan oleh sebuah net, permainan menggunakan tangan dengan cara dipantulkan atau di Voli”. Sedangkan tujuan dari permainan Bola Voli adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan, untuk mencegah bola yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola diluar perkenaan block. Memantulkan bola merupakan karakteristik permainan Bola Voli yang dilakukan sebanyakbanyaknya tiga kali, setelah itu bola harus segera diseberangkan ke daerah lawan. Seluruh permainan melibatkan keterampilan dalam mengolah bola dengan tangan.

Latihan Bola Voli pada dasarnya harus mendahulukan unsur pembinaan fisik, teknik, taktik, atau mental yang kokoh untuk dapat menghasilkan prestasi secara optimal. Oleh karena itu, pembinaan harus dilakukan secara sistematis, berjenjang dan berkesinambungan. Proses pembinaan dalam olahraga tidak bisa dilakukan secara instan. Hal ini dapat dimulai dengan menemukan bibit-bibit atlet berbakat, kemudian dibina melalui latihan yang teratur, terarah dan terencana dengan baik serta dengan penguasaan teknik dan taktik yang benar.

Keberadaan ekstrakurikuler Bola Voli mempunyai peran yang sangat besar dalam mendukung upaya pencapaian prestasi yang optimal, karena melalui ekstrakurikuler Bola Voli inilah bibit pemain dapat ditemukan kemudian dibina dan dikembangkan. Namun bibit-bibit atlet ini juga tidak akan berkembang tanpa adanya kejuaraan, baik itu kejuaraan antar sekolah di daerah maupun nasional. Dalam suatu pertandingan baik itu kejuaraan antar sekolah di daerah maupun nasional ada banyak atlet yang tidak bisa menampilkan penampilannya terbaiknya. Hal ini merupakan suatu permasalahan bagi pelatih ekstrakurikuler Bola Voli yang bersangkutan. Pembinaan pemain Bola Voli di ekstrakurikuler SMP

sangatlah penting, karena ini merupakan pondasi untuk bisa berkompeten. Pembinaan pemain tersebut tentunya membutuhkan proses, baik dari segi program pelatihan yang terarah maupun usia saat mulai pelatihan.

Para pemain berusaha mengembangkan kemampuan fisik maupun tekniknya dalam pencapaian prestasi. Permainan Bola Voli adalah cabang olahraga beregu atau permainan tim. Suatu tim yang baik, kuat, tangguh adalah suatu tim yang memiliki kerja sama yang baik. Untuk mencapai kerja sama tim yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai bagian-bagian dan macam-macam kondisi fisik dan teknik dasar Bola Voli sehingga dapat memainkan bola ke arah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan tidak dapat mengembalikan bola.

Dari berbagai ragam teknik dasar permainan Bola Voli salah satunya adalah teknik dasar passing atas. Menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015:32) "Passing atas ialah operan yang dilakukan saat bola setinggi bahu atau lebih tinggi, sedangkan passing ialah operan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan dalam lapangan sendiri". *Passing* atas sangat penting dalam permainan Bola Voli kerana merupakan langkah awal untuk menyusun serangan. Pelaksanaan teknik passing atas yang baik dapat menyajikan dengan teman seregunya dengan baik atau mengumpankan bola kepada smasher yang selanjutnya dilakukan serangan.

Dengan demikian kesuksesan menciptakan pola-pola penyerangan dan pola-pola pertahanan serta penyerangan banyak ditentukan oleh keakuratan pemain dalam mempassing bola yang diberikan kepada temannya atau kepada smasher. Kerena pentingnya penguasaan teknik passing atas, maka perlu diadakan latihan secara bersungguh-sungguh dan terus-menerus.

Keberadaan SMP Negeri 3 Manonjaya merupakan sekolah tingkat pertama yang terletak di Desa Cihaur Kecamatan Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya. Di SMP Negeri 3 Manonjaya sudah lama mengadakan kegiatan ekstrakurikuler Bola Voli yang di lakukan setiap hari selasa dan jumat. Dalam kegiatan ini dari pernyataan pelatih melalui wawancara pelatih dengan peneliti mendapatkan pernyataan bahwa variasi latihan *passing* atas sudah sering di terapkan, tetapi

masih sedikit variasi latihan yang di terapkan dan alangkah baiknya jika variasi latihan *passing* atas ditambah bentuk latihannya guna untuk menambah wawasan pengetahuan atlit tentang variasi – variasi yang akan diberikan, penambahan bentuk latihan ini juga bertujuan untuk mengurangi kejenuhan dan kebosanan atlit saat melakukan latihan *passing* atas dimana variasinya diulang itu – itu saja.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di atas maka peneliti melakukan analisis kebutuhan. Setelah penulis melakukan analisis kebutuhan pada atlit dan di dapatkan informasi 100% atlit memerlukan penambahan variasi latihan *passing* atas yang baru 100 % yang menyatakan ingin melakukan variasi latihan *passing* atas yang baik dan benar. 100% atlit menyatakan di dalam permainan memerlukan variasi *passing* atas, 100% atlit perlu menguasai latihan variasi *passing* atas, 100% atlit mengatakan latihan akan terasa bosan jika hanya fokus pada satu trik saja, 100% atlit menyatakan perlu menguasai latihan variasi *passing* atas agar meningkatkan permainan dan variasi latihan akan membuat anda lebih terampil.

Berdasarkan masalah tersebut penulis akan melakukan latihan *passing* atas dengan menggunakan variasi-variasi latihan *passing* atas. Variasi latihan adalah latihan yang metode-metode dan materi/isi latihannya tidak selalu sama di setiap pertemuannya tapi tetap untuk satu tujuan pengembangan teknik dan tujuannya agar atlit tidak jenuh pada saat latihan. Menurut Harsono (2015) Mengenai Variasi Latihan “Untuk mencegah kebosanan berlatih ini, pelatih harus kreatif dan pandai mencari dan menerapkan variasi-variasi dalam latihan”(hlm.78). Dengan menggunakan variasi dalam latihan akan akan menimbulkan beberapa manfaat bagi siswa/atlet. Manfaat-manfaat tersebut seperti yang dijelaskan (Usman, 2010) adalah sebagai berikut :

1. Untuk menimbulkan dan meningkatkan perhatian siswa kepada aspek-aspek belajar yang relevan.
2. Untuk memberikan kesempatan bagi berkembangnya bakat ingin mengetahui dan menyelidiki pada siswa tentang hal-hal yang baru.
3. Untuk memupuk tingkah laku yang positif terhadap guru dan sekolah dengan berbagai cara mengajar yang lebih hidup dan lingkungan belajar yang lebih baik.
4. Guna memberi kesempatan kepada siswa untuk memperoleh cara menerima

pelajaran yang disenanginya (hlm.84)

Variasi latihan adalah bentuk-bentuk latihan yang diberikan oleh pelatih atau guru dalam melakukan kegiatan latihan. Bentuk-bentuk latihan dimaksudkan yaitu :

- 1) Melakukan Latihan Berpasangan,
- 2) Melakukan *Passing* Atas Membentuk Segitiga,
- 3) Latihan *Passing* Atas Kebelakang dengan 3 Orang,
- 4) Melakukan *Passing* Atas Melingkar dengan Satu Anak Berada Ditengah,
- 5) Latihan *Passing* Atas Berpindah Tempat.

Masalah yang telah dikemukakan di atas melatar belakangi judul penelitian ini, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Atas terhadap Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah diatas penulis mengajukan rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Atas terhadap Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli pada siswa ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Manonjaya Kab. Tasikmalaya?”

## 1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah arti terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis jelaskan istilah yang digunakan dalam penelitian ini agar lebih oprasional. Istilah tersebut adalah:

1. Pengaruh menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah “daya yang ada dan timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk waktu, kepercayaan atau perbuatan seseorang”. Yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul dari variasi latihan *passing* atas terhadap keterampilan *passing* atas permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 3 Manonjaya Kab. Tasikmalaya.
2. Latihan Menurut Harsono (2010: 101) Latihan adalah “suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang

dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau kerja”. Yang dimaksud latihan dalam penelitian ini adalah latihan *passing* dengan berbagai bentuk variasi terhadap keterampilan *passing* atas permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 3 Manonjaya Kab. Tasikmalaya.

3. Variasi latihan adalah latihan yang metode-metode dan materi/isi latihannya tidak selalu sama di setiap pertemuannya tapi tetap untuk satu tujuan pengembangan teknik dan tujuannya agar atlet tidak jenuh pada saat latihan. Harsono (2015:78) “Untuk mencegah kebosanan berlatih ini, pelatih harus kreatif dan pandai mencari dan menerapkan variasi-variasi dalam latihan”. Yang dimaksud variasi latihan dalam penelitian ini yaitu variasi latihan *passing* atas dengan berhadapan, latihan *passing* atas dengan rotasi 3 orang dan 4 orang serta latihan *passing* atas ke dinding dengan tujuan dapat meningkatkan keterampilan *passing* atas bola voli SMP Negeri 3 Manonjaya Kab. Tasikmalaya.
4. *Passing* atas menurut Sunardi, Jaka dan Rustamaji (2016:17) “*Passing* adalah gerakan seorang pemain bola voli ketika menerima bola. Dinamakan *passing* atas karena bola yang akan dikembalikan berada di atas kepala”. Yang dimaksud *passing* atas dalam permainan bola voli ini adalah teknik dasar bola voli yang diteliti pengaruhnya dengan latihan menggunakan berbagai variasi latihan *passing* atas.
5. Permainan bola voli menurut Kurniawan, Feri (2011 : 86) “Permainan bola voli dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang pemain dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu”. Yang dimaksud permainan bola voli mendapatkan poin dengan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu.

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan “untuk mengetahui Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Atas terhadap Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli pada siswa ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Manonjaya Kab. Tasikmalaya”.

### **1.5 Kegunaan Penelitian**

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung dan mengembangkan teori yang sudah ada serta memperkaya khazanah ilmu keolahragaan, khususnya teori kepelatihan permainan Bola Voli.

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan atau acuan bagi para guru, pelatih, dan pembina olahraga permainan Bola Voli dalam hal menyusun dan melaksanakan program pelatihan dengan baik sesuai dengan karakteristik teknik dasar permainan Bola Voli itu sendiri terutama dalam meningkatkan keterampilan passing atas.