

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli menurut Nugraha (2010) “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan masing –masing grup memiliki enam orang pemain”(hlm,21). Tujuan dari permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan dan menjaga bola agar tidak mati di wilayah sendiri.

Permainan bola voli merupakan jenis olahraga yang membutuhkan keterampilan dan penguasaan teknik. Hal ini karena mengingat dalam olahraga ini, seorang pemain dituntut untuk mampu menjaga bola agar tetap berada di udara dan tidak boleh menyentuh tanah. Selain itu, pemain dituntut untuk mampu menciptakan pukulan yang mampu membuat lawan tidak mampu menguasai bola tersebut secara sempurna guna menghasilkan poin. Proses ini bisa tercipta, bila seorang pemain mampu menguasai teknik bermain bola voli dengan baik dan benar.

Penguasaan teknik ini penting untuk dipahami agar seseorang bisa bermain bola voli dengan baik dan benar. Tanpa memiliki pemahaman mengenai teknik bermain bola voli yang baik, maka seseorang tidak akan bisa mendapatkan hasil yang baik saat bermain bola voli. Teknik dasar permainan bola voli yang harus dikuasi pemain bola voli menurut Hadzik, Khairul dan Anwar Musadad (2017) “a. *Pass Bawah*, b. *Pass Atas*, c. *Servis*, d. *Smes/ Spike*, e. *Bendungan/ Blok*”.(hlm 18-22)

Dari kelima teknik yang dikemukakan tersebut, teknik dasar servis dalam permainan bola voli merupakan sebagai tanda dimulainya permainan dan sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan servis. Mengenai servis menurut Anandita (2010) mengemukakan bahwa “servis dilakukan untuk mengawali suatu pertandingan voli”(hlm.25). Terdapat beberapa jenis servis dalam permainan bola voli sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Anandita (2010) sebagai berikut :

1. Servis atas, yakni servis dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya. Kemudian, server melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas.
2. Servis bawah, yakni servis dengan awalan bola berada di tangan yang baik memukul bola. Tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah.
3. Servis mengapung, yakni servis atas dengan awalan dan cara memukul yang hampir sama. Awalan servis mengapung adalah melemparkan bola ke atas. akan tetapi, tidak terlalu tinggi (tidak terlalu tinggi dari kepala). Tangan yang akan memukul bola bersiap di dekat bola dengan ayunan yang sangat pendek.(hlm,26-26)

Dari ke tiga jenis servis yang di kemukakan di atas salah satu jenis servis yang sering dilakukan dalam pertandingan adalah servis atas, karena laju bola servis atas pada umumnya lebih cepat dan lebih keras dibanding dengan laju bola servis bawah. Servis atas menurut Wiradihardja, Sudrajat dan Syarifudin (2017) bahwa “Servis atas adalah serangan awal atau permulaan permainan. Servis atas adalah mulai permainan. Prinsipnya bola menuju daerah lawan dan menyulitkan lawan”(hlm.23). Dari pendapat yang dikemukakan tersebut penulis menyimpulkan bahwa servis atas serangan pertama dari permainan bola voli dengan laju bola lebih cepat dan lebih keras yang dapat menyulitkan lawan.

Koordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh, seseorang dikatakan mempunyai koordinasi baik bila mampu bergerak dengan mudah, dan lancar dalam rangkaian gerakan, iramanya terkontrol dengan baik, serta mampu melakukan gerakan yang efisien. Kemampuan servis, passing bawah dan passing atas didukung oleh koordinasi gerak seluruh tubuh yang berakhir dalam bentuk gerak ayunan yang didukung oleh power otot lengan.

Power otot lengan adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan power otot lengan yang dikerahkan secara maksimum dalam waktu sependek-pendeknya ketika melakukan servis dalam olahraga bola voli. Gerakan servis banyak didominasi oleh gerakan otot lengan. Oleh karena itu, perlu koordinasi gerak yang baik dari gerakan seperti pada servis. Dengan demikian, semakin cepat gerakan itu dilakukan maka semakin banyak pula komponen gerakan yang harus dikoordinasikan. Adanya sumbangan power otot lengan dengan teknik servis atas bola voli karena power otot lengan merupakan daya dorong dari gerakan lanjutan

lengan yang membuat hasil terhadap bola lebih kuat dan cepat. Dengan demikian jelaslah bahwa power otot lengan mempunyai hubungan yang erat dan mempunyai peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan permainan bolavoli. Tanpa memiliki power otot lengan yang baik, jangan mengharapkan atlet dapat melakukan teknik bolavoli dengan baik. Power otot lengan yang baik memberikan dampak positif berkaitan dengan penggunaan daya dalam melakukan suatu pukulan. Dengan memiliki daya yang lebih besar, akan lebih menguntungkan pada saat akan melakukan servis Atas.

Selain unsur power otot lengan, koordinasi mata dan tangan yang baik juga menguntungkan untuk dapat mengarahkan bola dengan arah bola yang diinginkan dalam melakukan servis atas. Jadi kemampuan seorang pemain bola voli untuk memadukan unsur koordinasi mata-tangan dan power otot lengan saat melakukan servis akan berpengaruh terhadap baik buruknya ayunan yang dihasilkan. Keberhasilan servis atas sangat dipengaruhi oleh power otot lengan dan kemampuan koordinasi. Adanya sumbangan koordinasi mata tangan dengan hasil servis atas bola voli karena koordinasi mata tangan sangat diperlukan di dalam melakukan pukulan teknik bolavoli. Koordinasi mata tangan dalam melakukan ayunan teknik bolavoli terutama pada saat melakukan gerakan memukul bola. Ketika melakukan sentuhan teknik bolavoli, yaitu saat mengayunkan lengan maka koordinasi mata tangan sangat menentukan keberhasilan atlet dalam melakukan pukulan. Semakin baik koordinasi mata tangan dan semakin singkat atlet dalam melakukan sentuhan teknik bolavoli, maka akan diperoleh hasil yang optimal. Pada gerakan pukulan yang dilakukan dalam waktu sesingkat-singkatnya sehingga akan diperoleh pukulan yang kuat dan tajam. Jadi koordinasi mata tangan sangat dibutuhkan dalam melakukan pukulan, karena koordinasi mata tangan sangat dibutuhkan oleh pemain dalam mengarahkan suatu benda menuju sasaran yang akan dicapai, sehingga dengan koordinasi mata tangan yang baik, maka persentase keberhasilan dalam melakukan pukulan akan semakin tinggi. Dengan koordinasi yang baik, maka suatu benda yang dilemparkan akan berhasil menuju sasaran.

Telah dikemukakan di atas bahwa *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan dengan kemampuan servis atas bola voli menunjukkan adanya keterkaitan dari satu variabel ke variabel lainnya. Dengan demikian dari kedua variabel tersebut diharapkan dapat dimiliki oleh seorang pemain bola voli guna menunjang keterampilan bermain bola voli umumnya dan khususnya menunjang hasil servis atas bola voli. Karena, sangat penting teknik servis atas dalam bola voli maka perlu syarat tertentu sebagai modal dalam melakukan servis di antaranya memiliki kondisi fisik yang memadai berupa *power*. Sebab, untuk melakukan servis yang baik harus mempunyai keterampilan khusus. Misalnya kecepatan gerak lengan ketika memukul bola, *power* otot lengan untuk tenaga, ayunan lengan agar bola mampu melaju dengan cepat dan keras.

Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas permainan bola voli. Penulis mengambil populasi pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung. Alasan mengambil populasi pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung tersebut, karena penulis merupakan alumni SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung dan sudah menguasai teknik dasar servis atas sehingga dapat dijadikan populasi. Namun setiap pemain dalam melakukan servis mempunyai kualitas yang berbeda-beda. Dari uraian tersebut bukti secara nyata belum ada, sehingga perlu adanya penelitian yang lebih lanjut.

Hasil penelitian ini penulis laporkan dalam bentuk karya ilmiah dengan judul “Kontribusi *power* Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Servis Atas Pada Permainan Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Seberapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil servis atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung?

2. Seberapa besar kontribusi koordinasi mata tangan terhadap hasil servis atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung?
3. Seberapa besar kontribusi power otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil servis atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan pada pengertian istilah yang di gunakan dalam penelitian ini, penulis akan menjelaskan maksud dari istilah-istilah tersebut:

1. <http://www.pengertianmenurutparaahli.net/> “Kontribusi adalah sesuatu untuk membantu menghasilkan atau mencapai sesuatu bersama – sama dengan orang lain, atau untuk membantu membuat sesuatu yang sukses”. Kontribusi dalam penelitian ini diartikan sebagai sumbangan, atau daya dukung (sokongan) dari otot *power* lengan dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli.
2. *power* menurut Harsono (2016). adalah “kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat”(hlm.81). *Power* dalam penelitian ini yaitu *power* otot lengan untuk menghasilkan suatu pukulan yang keras dan cepat dalam melakukan teknik servis atas permainan bola voli.
3. Koordinasi menurut Harsono dalam buku Bompa (1988) mengemukakan “koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks”.(hlm.219) Yang dimaksud Koordinasi dalam penelitian ini adalah koordinasi mata dan tangan sebagai pendukung dalam melakukan pukulan agar arah bola terarah sesuai dengan keinginan yang melakukan servis.
4. Servis atas menurut Wiradihardja, sudrajat dan syarifudin (2017) bahwa “Servis atas adalah serangan awal atau permulaan permainan. Servis atas adalah mulai permainan. Prinsip nya bola menuju daerah lawan dan menyulitkan lawan”(hlm.23).Yang dimaksud servis atas dalam penelitian ini adalah salah satu teknik dasar permainan bola voli yang diteliti pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung.

5. Permainan bola voli menurut Nugraha (2010) “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan masing –masing grup memiliki enam orang pemain”(hlm.2). Yang dimaksud permainan bola voli dalam penelitian ini adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan dan di teliti pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMKN 1 Selat Nasik Kab. Belitung.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli.
3. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli.

1.5 Kegunaan/ Manfaat Penelitian

Setiap melakukan kegiatan tentunya di harapkan bermanfaat untuk diri pribadi sendiri maupun orang lain. Begitu pula dalam melakukan penelitian ini penulis berharap hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis.

Secara teoritis dan praktis hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai berikut:

1. Secara teoretis dapat memberikan sumbangan dalam bidang kepelatihan dan dapat dijadikan acuan para pelatih, pembina olahraga bola voli, dan guru pendidikan jasmani untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi teknik servis atas seorang atlet atau pemain bola voli.
2. Secara praktis dapat memberikan sumbangan dalam upaya mengevaluasi hasil latihan bagi para pelatih, pembina olahraga bola voli, dan guru pendidikan jasmani khususnya mengenai teknik servis atas dalam permainan bola voli dalam penerapan kondisi fisik *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan terhadap prestasi yang maksimal, sehingga penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan dalam proses pembinaan atlet atau pemain bola voli yang dipandang mempunyai hubungan erat sekali dengan pencapaian prestasi.