

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli merupakan permainan beregu antar dua tim yang berlawanan yang dibatasi oleh net, Permainan dengan cara memukul bola sebelum bola jatuh ke tanah dan setiap tim berusaha untuk menjatuhkan bola dilapangan permainan lawan. 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 salah satu cabang olahraga yang sangat populer di masyarakat. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pertandingan bola voli baik tingkat regional sampai nasional baik itu antar pelajar sampai masyarakat umum. Alasan makin berkembangnya permainan bola voli tidak terlepas dari sarana prasana yang di anggap murah dan juga manfaat dari permainan bola voli itu sendiri di antaranya dapat meningkatkan kebugaran jasmani, sarana rekreasi, maupun untuk prestasi. Selain itu manfaat dari permainan ini terdapat nilai apektif yang positif seperti nilai sportivitas, kejujuran dan disiplin yang tinggi.

Bola voli juga merupakan olahraga yang dapat dijadikan sebagai olahraga rekreasi yang positif untuk mengisi waktu yang kosong. Dari tujuan bermain bola voli juga untuk meningkatkan kesehatan jasmani atau ada juga yang untuk bercita-cita sebagai pemain bola voli yang berprestasi dan dikenal masyarakat umum tentunya harus menguasai teknik dasar yang baik seperti servis, *passing*, *smash*, dan *block*. Seperti halnya olahraga lain permainan bola voli juga harus di dukung oleh empat aspek untuk mencapai prestasi. Empat aspek tersebut seperti yang dikemukakan Adapun tujuan latihan menurut Harsono (2017) bahwa “Tujuan serta sasaran utama dari latihan atau training adalah untuk membantu atlet untuk meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin. Untuk mencapai hal itu ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksam oleh atlet, yaitu 1) latihan fisik, 2) latihan teknik, 3) latihan taktik, 4) latihan mental.” (hlm. 49).

Dari beberapa aspek diatas salah satunya adalah teknik, teknik merupakan langkah utama untuk bisa bermain bola voli dan mencapai prestasi. Dalam permainan bola voli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bola voli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Menurut (Suharno, HP, 1984) Penguasaan teknik dasar permainan bola voli turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam permainan disamping kondisi fisik dan mental (hlm. 12)

Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh semua pemain. Dalam hal ini M Yunus S. (1992) menjelaskan bahwa, “Teknik dasar dalam permainan bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah servis, *passing*, umpan (*set up*), smash (*spike*), bendungan (blok).”

Dari beberapa teknik dasar diatas salah satunya adalah teknik dasar *passing* bawah. *Passing* bawah merupakan teknik dasar memainkan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah, *passing* bawah merupakan teknik *passing* yang sering digunakan untuk menerima bola servis atau smash. Gerhard Durrwatcher (1990) dalam (Pasaribu, 2016), berpendapat bahwa untuk bola-bola servis atau smash, teknik *passing* bawah lebih aman, jika dibandingkan dengan teknik *passing* atas yang memerlukan sikap dan jari tangan khusus. Teknik *passing* bawah banyak dipergunakan oleh para pemula, karena teknik *passing* bawah ini paling mudah untuk dipelajari dan merupakan dasar bagi pemain untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Menurut PBVSI (1995) memberikan pendapat bahwa Sikap Persiapan : Kedua tangan dijadikan satu, posisi kaki depan ke belakang selebar bahu, lutut ditekuk, kedua lengan sejajar paha, pinggang lurus, pandangan ke arah bola (hlm. 68). *Passing* bawah adalah salah satu teknik dalam permainan bola voli yang dapat digunakan untuk menahan serangan lawan sekaligus mengumpan ke rekan. Digging atau *passing* bawah sangat berguna ketika menahan serangan lawan. Teknik permainan bola voli yang bertujuan mengambil bola hasil servis lawan dinamakan *passing* atau digging. Ketika bertahan, istilah yang lebih sering digunakan adalah digging, yakni berfungsi untuk menahan penyerangan atau

smash lawan ketika tembus blok yang dibangun oleh tim. Setelah digging berhasil dilakukan, bola dimanfaatkan oleh topper/*set-upper* untuk melakukan serangan balik. Sementara ketika dalam posisi menyerang, istilah yang kerap dipakai adalah *passing* bawah. Hal ini karena bertujuan membangun serang dengan melakukan umpan-umpan. Variasi latihan dalam permainan bola voli adalah melakukan satu bentuk gerakan prinsip dasar dengan berbagai cara. Seperti melakukan teknik dasar *passing* bawah bola voli ditempat, sambil bergerak maju mundur, dan bergerak menyamping, baik secara perorangan, berpasangan, maupun kelompok.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh penulis pada siswa ekstrakurikuler bola voli diketahui bahwa keterampilan gerak dasar teknik *passing* bawah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli masih relatif rendah. Terlihat pada saat pertandingan dalam melakukan *passing* bawah masih terdapat kesalahan yang terjadi seperti penerimaan bola pertama dari serangan lawan menggunakan teknik *passing* bawah, bola yang diterima melenceng dan sulit dijangkau oleh rekan tim. Faktor pengaruh belum mampu melakukan *passing* bawah dengan tepat disebabkan oleh perkenaan bola ditangan pada *passing* bawah belum tepat. Akibatnya pada penerimaan bola kedua oleh topper sulit dijangkau, sehingga topper akan sulit melakukan umpan atau variasi serangan, sehingga dari faktor kesalahan tersebut yang dapat menyebabkan kekalahan pada tim karena belum tepat dalam penguasaan teknik *passing* bawah. Jadi salah satu strategi dalam keterampilan melakukan *passing* bawah dapat menggunakan berbagai variasi latihan yang didesain sedemikian rupa sehingga tujuan yang tercapai tidak jauh dari latihan yang biasa dan bisa tercapainya suatu tujuan.

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. Menurut Harsono (2015) “Untuk mencegah kebosanan berlatih ini, pelatih harus kreatif dan pandai mencari dan menerapkan variasi-variasi dalam latihan” (hlm. 78). Jadi variasi latihan yang digunakan oleh peneliti yaitu dengan konsep variasi latihan formasi segitiga.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan mencoba memberikan latihan melalui metode latihan dengan metode formasi segitiga. Dari penjelasan yang telah diuraikan tersebut, penulis tertarik untuk meneliti permasalahan tersebut melalui penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Dengan Formasi Segitiga Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah latihan *passing* bawah dengan formasi segitiga berpengaruh terhadap keterampilan *passing* bawah pada ekstrakurikuler bola voli putri SMA Negeri 2 Banjar?

1.3 Definisi Oprasional

1. Pengaruh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah sebagai berikut: “daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang”. Maksud dari kata pengaruh yang diberikan kepada sampel yaitu latihan dengan formasi segitiga terhadap keterampilan *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Banjar.
2. Latihan, menurut Harsono yang di tulis Kusnadi, Nanang dan Rd. Herdi Hartadji (2014) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm. 2).
3. Formasi adalah cara penempatan ruang gerak, serta pembagian tugas dari setiap pemain dengan posisi yang ditempatinya. Hal tersebut berlaku saat menyerang dan bertahan dari serangan musuh, dengan sistem ini setiap pemain mengetahui tugas dan posisinya di daerah ruang gerak masing-masing. Menurut (SIRAIT, 2019). dengan adanya formasi maka pola penyerangan dan pertahanan akan terkoordinasi dan kerja sama antar pemain akan lebih terarah. Setiap formasi memiliki ciri-ciri tersendiri dan menuntut kualitas atau kemampuan tingkat pemain yang berbeda. Formasi bersifat dinamis, karena

pola formasi bisa berubah-ubah sesuai dengan bagaimana taktik yang dimainkan.

4. Segitiga merupakan sebuah bangun datar yang dibatasi oleh tiga buah garis. Segitiga terbentuk dari tiga sisi yang berupa garis lurus dan memiliki tiga sudut. Yang dimaksud segitiga dalam penelitian diartikan sebagai bentuk variasi latihan formasi segitiga untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Banjar.
5. Dalam jurnal (Fanani, 2020) mengungkapkan bahwa keterampilan merupakan kemampuan dasar yang melekat dalam diri manusia, yang kemudian dilatih, diasah, serta dikembangkan secara terus menerus dan berkelanjutan guna menjadikan kemampuan seseorang menjadi potensial, sehingga kemudian seseorang tersebut menjadi ahli serta profesional di bidang tertentu. Keterampilan bisa mengalami perkembangan, atau peningkatan dengan proses belajar atau didasari dengan beragam ilmu. Jika awalnya merasa tidak ada keterampilan, tetapi terus dilatih, diasah, serta dikembangkan kemudian seiring berjalannya waktu akan memunculkan keterampilan yang berkembang melalui proses belajar.
6. *Passing* bawah yaitu *passing* yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan, dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian *proximal* pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran. Menurut Paneo (2014) dalam (Saputra & Gusniar, 2019). teknik dasar *passing* bawah antara lain :
 1. Sikap Permulaan. Sikap berdiri normal yaitu kedua kaki dibuka dengan kedua lutut ditekuk dan badan sedikit dibengkokkan ke depan, badan menumpu pada kaki bagian depan agar lebih mudah dan cepat bergerak ke segala arah.
 2. Pelaksanaan. Setelah bola dipukul posisi badan kembali berdiri normal (tegak) dan diikuti dengan gerakan badan dan langkah kaki ke depan koordinasi tetap terjaga dengan baik. Latihan *passing* bawah dapat dilakukan secara berpasangan atau kelompok dua orang atau lebih, sesuai dengan jumlah bola yang ada.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang penulis tetapkan, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

a Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* bawah dengan formasi segitiga terhadap ketepatan *passing* bawah permainan bola voli.

b Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mencairitahu apakah terdapat pengaruh latihan *passing* bawah dengan formasi segitiga terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bola voli SMAN 2 Banjar.

1.5 Kegunaan Penelitian

Setiap melakukan kegiatan tentunya diharapkan bermanfaat untuk diri sendiri atau untuk orang lain, begitu pula dalam melakukan penelitian ini peunlis berharap hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis.

1) Manfaat secara teoritis

Diharapkan dapat dijadikan sebagai sumbangan keilmuan dan informasi dalam proses langkah awal pembinaan dan pelatihan pada siswa.

Penelitian ini memberi masukan dan informasi khususnya mengenai bagaimana cara meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli dengan latihan variasi latihan formasi segitiga

2) Manfaat secara praktis

Dapat memberikan manfaat sebagai petunkjuk bagi para pembina, pelatih, guru pendidikan jasmani dalam usaha memilih bentuk-bentuk latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli.