

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi berdampak pula terhadap perkembangan olahraga, permainan bola voli pun tak luput dari perkembangan tersebut mulai dari peraturan permainan, taktik permainan begitu pula dengan teknik permainan. Salah satu teknik yang berkembang dalam Prinsip bermain bola voli misalnya jump service.

Service yang dulunya merupakan teknik yang di pakai sebagai pembuka permainan kini sudah menjadi serangan awal. Karena servis merupakan serangan awal maka setiap pemain harus menguasai teknik servis dengan baik, dan hasil servis nya harus bisa langsung mendapatkan angka atau point, atau hasil penerimaan servis kembali ke lapangan kita (*free ball*), kalau pun hal tersebut tidak berhasil maka hasil servis, lawan tidak dapat melakukan serangan yang optimal. Upayakan hasil servis jangan sampai lawan dapat melakukan serangan optimal apalagi hasil servisnya gagal.

Jenis servis dapat dilihat dan dikelompokkan menjadi tiga dilihat pada saat pemain tersebut memukul bola, yaitu servis bawah, servis samping dan servis atas. Hasil pukulannya pun akan berbeda dari ketiga servis tersebut maka servis atas akan lebih sulit untuk diterima lawan karena datangnya menukik. Irawan (2019) menjelaskan bahwa, “Tujuan utama melakukan service atas adalah mempercepat laju bola dan membuat jalannya bola menukik dari atas ke bawah”(hlm 24).

Selanjutnya Gazali (2016) menjelaskan jenis servis atas sebagai berikut. “Perkembangan teknik service bisa dilakukan dengan tujuan mengapung (*float*) sehingga menyebabkan secara tiba-tiba berbelok arahnya, service sudut (*hook service*), service sambil meloncat (*jumping service*)”, dilakukan di daerah atas lapangan sendiri, akan tetapi saat melompat bertumpu pada daerah servis” (hlm 27).

Selain jalan bolanya cepat dan menukik ketepatan servis atas merupakan salah satu hal yang dapat dijadikan salah satu patokan suatu servis dapat dijadikan sebuah serangan. Menurut Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono (2000). bahwa:

“Untuk mempersulit bola servis pada dasarnya berkaitan dengan kecepatan kurve, dan belok-belok jalannya bola dan penempatan bola diarahkan pada titik-titik kelemahan lawan” (hlm. 38). Jadi keakuratan servis ke daerah lawan akan sukar dijangkau pemain lawan sehingga akan dapat menghasilkan poin bagi regunya. Sehingga dalam mengembangkan servis sebagai salah satu serangan, maka setiap pemain bola voli harus berlatih dengan baik agar dapat menguasai servis tersebut. Pada saat melakukan servis bukan hanya asal masuk tapi harus di arahkan diantaranya : 1) Pemain pengganti, biasanya pemain pengganti belum beradaptasi dengan permainan. 2) Pemain yang baru melakukan kesalahan, pemain yang baru melakukan kesalahan biasanya merasa takut untuk melakukan kesalahan lagi. 3) Diantara dua pemain, biasanya pemain saling mempercayakan kepada teman yang di sebelahnya. 4) Kepada pengumpan atau (*tooser*) , sehingga bola hasil servis tidak bisa dijadikan umpan. 5) Kepada *spikere*, irama langkah *spikere* biasanya akan terganggu. 6) Ke pojok atau ke daerah belakang sehingga bola dikira keluar.

Karena service merupakan teknik awal yang dipakai dalam permainan bola voli dan merupakan serangan awal maka setiap pemain harus menguasai teknik service tersebut dengan baik. Hanya melalui latihan yang sistematis, berencana dan menambah beban latihan kemampuan tersebut akan di kuasai oleh setiap pemain hal ini sesuai dengan pengertian latihan yang dikemukakan Harsono (1988). adalah “Proses yang sistematis dan berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm. 101).

Dalam proses latihan yang dilakukan berulang-ulang dan memakan waktu lama tentunya akan mengakibatkan kejenuhan atau rasa bosan pada pelakunya. Oleh karena itu dalam proses latihan pelatih harus mampu membuat variasi latihan yang dapat menghilangkan rasa bosan dan jenuh pada atlet. 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, hlm. 78) “Untuk mencegah kebosanan berlatih ini, pelatih harus kreatif dan pandai mencari dan menerapkan variasi-variasi dalam latihan”. Mengacu pada pernyataan diatas,

penulis tertarik untuk mengujicobakan variasi latihan dengan cara membuat sasaran dari berbagi macam ban dalam motor untuk di jadikan sasaran dalam melakukan latihan servis atas bola voli sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan servis atas bola voli. Selain itu penulis terinspirasi pula oleh jurnal yang penulis baca yaitu pertama penelitian Risma dan Jafra (2020) dengan judul Pengaruh latihan variasi terhadap kemampuan servis atas bolavoli pada mahasiswi putri unit kegiatan mahasiswa penjaskesrek didapat hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan dari latihan variasi menggunakan sasaran terhadap keterampilan service atas permainan bola voli. Kedua, hasil penelitian Pranopik (2017) dengan judul pengembangan variasi latihan smash bola voli. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa 1. Atlet lebih termotivasi dalam melaksanakan program latihan karena adanya variasi latihan yang lebih banyak. 2. Atlet lebih termotivasi untuk mendapatkan variasi-variasi latihan baru. 3. Atlet mendapatkan pengalaman variasi latihan yang lebih banyak sehingga memungkinkan membantu pada saat bertanding. 4. Atlet lebih kayalagi dengan variasi-variasi latihan yang lebih banyak.

Untuk menguji cobakan variasi latihan service dengan sasaran ban dalam motor berbagai ukuran, penulis mengujicobakan pada siswa putra SMP 3 Manonjaya yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli. Jenis service yang diuji cobakan adalah service atas karena service bawah dan samping tidak efektif dalam pertandingan sedangkan jumping service tekniknya terlalu tinggi.

Hasil penelitian ini penulis laporkan dalam karya ilmiah dengan judul Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Keterampilan Service Atas Permainan 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 terhadap keterampilan service atas dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler Bola Voli SMP 3 Manonjaya?”

1.3 Definisi Operasional

Supaya tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkan istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut ini penulis kemukakan penjelasan beberapa istilah sebagai berikut:

1. Pengaruh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001), adalah “daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang” (hlm. 849). Pengaruh dalam penelitian ini adalah peningkatan service atas dalam permainan bola voli pada siswa putra Bola Voli SMP 3 Manonjaya sebagai daya yang timbul dari latihan menggunakan variasi sasaran.
2. Latihan menurut Harsono (1988), adalah “Proses yang sistematis dan berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm. 101). Latihan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses latihan service atas yang menggunakan variasi sasaran yang dilakukan siswa putra SMP 3 Manonjaya secara sistematis dan berulang–ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihannya.
3. Variasi latihan Menurut Harsono (2015), “Latihan yang dilaksanakan dengan betul biasanya menuntut banyak waktu dan tenaga dari atlet” (hlm.76). Yang dimaksud dengan variasi latihan dalam penelitian ini adalah variasi latihan menggunakan sasaran ban dalam motor dijadikan target dalam melakukan latihan servis atas. Sasaran tersebut di simpan di garis belakang, di antara posisi 1 dan 5, posisi 2,3 dan 4.
4. Service atas menurut Hadzik, Anwar Musadad (2016), “servis atas dilakukan dari atas kepala dengan lintasan dari belakang atas ke depan” (hlm. 20). Yang dimaksud servis atas dalam penelitian ini adalah pukulan terhadap bola yang dilakukan dari garis belakang dengan cara memukul bola di atas kepala melewati net dan masuk ke daerah lawan.
5. Permainan bola voli menurut Hadzik, Anwar Musadad (2016)“Permainan bola voli merupakan permainan beregu antara dua tim yang berlawanan yang dibatasi oleh net” (hlm. 16).

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan service atas dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMP 3 Manonjaya .

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 servis atas.