

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bola Voli merupakan permainan yang terdiri dari enam orang dan dipisahkan oleh net. Menurut PBVSI (2010) “Bola Bola Voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim. Setiap tim 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 melewati 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 blok. Memantulkan bola merupakan karakteristik permainan bola voli yang dilakukan sebanyak-banyak nya tiga kali, setelah itu bola harus segera di sebrangkan ke daerah lawan. Seluruh permainan melibatkan keterampilan dalam mengolah bola dengan tangan. Permainan bola voli ini relatif mudah dilakukan dan termasuk olahraga yang murah karena tidak memerlukan banyak biaya, shingg a permainan ini berkembang cepat ke masyarakat luas. Hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya lapangan bola voli disetiap daerah dan juga banyak digelar turnamen-turnamen baik antar daerah, pelajar, sampai kompetisi nasional. Perkembangan bola voli juga dapat dilihat dari banyaknya klub yang terbentuk baik di kalangan masyarakat maupun ekstrakurikuler di kalangan pelajar.

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 di nasional. Dalam suatu pertandingan baik itu kejuaraan antar sekolah di daerah maupun di nasional ada banyak atlet yang tidak bisa menampilkan penampilan terbaiknya. Hal ini merupakan suatu permasalahan bagi pelatih ekstrakurikuler bola voli yang bersangkutan. Pembinaan ekstrakurikuler di SMA sangatlah penting, karena ini merupakan pondasi untuk mendapatkan prestasi yang maksimal.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi dalam bola voli tentunya para pemain harus menguasai teknik dasar permainan bola voli. (Ilham Lubis, Ridho, 2020) menjelaskan bahwa “penguasaan teknik – teknik dasar dalam bermain bola voli sangat penting terlebih lagi jika siswa ingin mencapai prestasi yang baik”. Hal ini sesuai dengan pendapat (Sudijandoko, Noerjanah, 2016) yang mengatakan bahwa “ bola voli adalah permainan dengan tempo yang cepat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, dan bila tidak menguasai teknik dasar yang sempurna akan memungkinkan kesalahan – kesalahan teknik yang lebih besar” (hlm.47). Teknik ini mempunyai bentuk ideal sendiri dengan bentuk serta aturan gerakan yang khas. Tetapi ini bentuk ideal ini dapat kita modifikasi sendiri sesuai dengan kebutuhan masing – masing. (Yunus, 2016) menjelaskan bahwa:

Teknik – teknik dalam permainan bola voli meliputi:

1. *Passing*
 - (1) Bawah
 - (2) Atas
2. *Service*
 - (1) Bawah (*underhand service*)
 - (2) Samping (*side arm service*)
 - (3) Atas (*overhead service*)
3. Bendungan (*block*)
4. Smash (*spike*)
5. Umpan (*set – up*)

(Ernalis, 2016) menjelaskan Hal yang paling mendasar dalam permainan bola voli adalah menguasai *passing* bawah. *Passing* bawah dilakukan untuk memantulkan bola dari servis lawan, untuk diarahkan kepada toser. cara melakukan gerak dasar *passing* bawah adalah sebagai berikut: (1) kedua lutut ditekuk; (2) badan condong kedepan; (3) tangan lurus kedepan (antara lutut dan bahu); (4) persentuhan bola pada pergelangan tangan; (5) pandangan mata kedepan; dan (6) koordinasi gerakan lutut dan bahu. (hlm.55). *Passing* merupakan salah teknik dalam permainan bola voli, *passing* sering disebut mengoper atau mengumpan bola pada teman. *Passing* dalam permainan bola voli adalah usaha seseorang pemain bola voli dan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman seregunya. *Passing* terdiri dari *passing* bawah

dan *passing* atas. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan pada teknik dasar *passing* bawah bola voli.

Dalam permainan bola voli teknik *passing* bawah yang benar sangatlah besar manfaatnya. Teknik ini digunakan untuk menerima bola pertama dari lawan. Apabila pengambilan bola menggunakan *passing* bawah dilakukan secara sempurna maka akan memudahkan Toser dalam memberikan umpan. *Pasing* bawah digunakan untuk menerima servis atau *spike* yang diarahkan dengan keras (*hard driven*), bola – bola jatuh dan bola yang mengarah ke jarring. Selain itu di tingkat remaja (dan dalam situasi darurat disemua tingkat), *passing* bawah bisa digunakan untuk memberikan umpan ke penyerang, khususnya ketika *passing* ke pengumpan terlalu rendah untuk diumpankan dengan menggunakan *passing* bawah. Kemampuan *passing* bawah sangat penting dimiliki seorang pemain karena tidak mungkin bagi seorang pemain untuk mengatur sebuah serangan tanpa memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kemampuan pemain dalam melakukan *passing* bawah dengan akurasi yang tepat kepada teman satu tim untuk menyusun sebuah serangan. Seperti contoh pada pemain yang profesional pemain bola voli yang menguasai Teknik dasar *passing* bawah yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat menerima serangan dengan baik yang selanjutnya dapat dilakukan serangan balik untuk mencetak poin.

Temuan peneliti lapangan masih banyak siswa putra ekstrakurikuler bola voli di SMA 4 Cirebon belum mampu melakukan *passing* bawah dengan baik dan benar sesuai dengan target yang diharapkan. Kesalahan yang sering dilakukan siswa pada saat melakukan *passing* bawah diantaranya karena siswa kurang konsentrasi, posisi tangan pada saat menerima bola tidak tepat karena sering mengenai lengan atas sehingga bola tidak memantul dengan sempurna dan lebih sulit untuk dikontrol sehingga pemain akan lebih sulit untuk mengarahkan bola ke teman secara akurat, ayunan tangan pada saat melakukan *passing* bawah terlalu tinggi yang menyebabkan bola melambung terlalu tinggi dan tidak tepat mengarah kepada toser sehingga tim tidak dapat memulai serangan kepada lawan dan dapat menyebabkan tim kehilangan poin. Selain itu, kesalahan lain yang sering dilakukan oleh pemain

adalah pemain masih kesulitan untuk mengontrol operan bola sehingga bola tidak dapat melambung dengan baik sesuai dengan arah target yang diinginkan.

Berdasarkan hasil observasi prapenelitian, peneliti menemukan bahwa hal tersebut disebabkan karena latihan yang dilakukan terfokus pada latihan fisik dan latihan *smash*. Meskipun pemain juga diberi materi latihan *passing* bawah tetapi porsi latihan yang dilakukan terhitung sedikit dan kurang optimal, karena latihan *passing* bawah hanya dilakukan dengan durasi yang singkat yaitu 10-15 menit. Selain itu para siswa terlihat tidak antusias pada saat melakukan latihan *passing* bawah karena bentuk latihan yang digunakan hanya dengan menggunakan latihan *passing* mandiri (*juggling* bola), dan latihan *passing* berpasangan tanpa ada variasi latihan yang lain baik variasi model latihan maupun sarana dan prasarana yang digunakan. Hal tersebut memberikan bukti bahwa latihan yang dilakukan menjadi membosankan sehingga siswa kurang terlatih untuk melakukan *passing* bawah dengan baik dan akhirnya keterampilan *passing* bawah siswa menjadi kurang baik. Kenyataannya keterampilan *passing* bawah pada saat menerima dan mengumpan bola kepada dapat menghasilkan sebuah serangan yang akhirnya memungkinkan untuk mendapatkan poin. Sehingga keterampilan *passing* bawah perlu ditingkatkan atau dikembangkan.

Berdasarkan pertimbangan terkait kendala siswa dalam melakukan *passing* bawah dan pentingnya kemampuan *passing* bawah bagi kompetisi bola voli, maka penting bagi peneliti untuk membantu mengatasi kesulitan tersebut dengan suatu metode yang cocok. Peneliti memiliki pandangan dan referensi yang mendukung bahwa untuk mengatasi persoalan tersebut diperlukan eksperimen terhadap bentuk latihan yang dilakukan yaitu dengan menggunakan variasi latihan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Variasi latihan dapat digunakan untuk membantu pemain berlatih sehingga pemain dapat terlatih untuk melakukan *passing* bawah dengan baik. Variasi latihan juga merupakan latihan yang menyenangkan sehingga pemain tidak akan jenuh atau merasa bosan pada saat mengikuti *treatment* untuk mengatasi kesulitan melakukan *passing* bawah. Variasi latihan sangat diperlukan untuk menambah kemampuan pemain pada saat menerima maupun mengumpan bola kepada toser. Variasi latihan

yang akan diterapkan oleh peneliti adalah variasi latihan dengan berbagai jenis bola. Latihan dilakukan menggunakan berbagai jenis bola yang berbeda yaitu bola plastik, bola karet, dan bola voli.

Penggunaan jenis bola yang berbeda dalam latihan *passing* bawah ini akan memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan peserta didik. Hal tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Manan, 2017) bahwa “dengan latihan dengan menggunakan berbagai jenis bola yang berbeda dapat membuat pemain beradaptasi dengan situasi nyata dilapangan, dapat meningkatkan kecepatan reaksi dan juga kontrol bola”. (hlm. 21). Selain itu, menurut (Fitriansyah, 2019) menjelaskan bahwa “Variasi bola membantu pemain mengembangkan teknik dasar *passing* yang lebih baik, karena setiap jenis bola memiliki karakteristik yang berbeda yang menuntut penyesuaian teknik”. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa latihan dengan menggunakan jenis bola yang berbeda dapat membantu pemain untuk mengembangkan kemampuan adaptasi yang lebih terhadap karakteristik bola yang berbeda. Penggunaan jenis bola yang berbeda dapat melatih pemain agar dapat mengontrol bola dengan cara yang berbeda yang sangat penting dalam situasi permainan dimana kecepatan dan akurasi sangat dibutuhkan. Selain itu penggunaan jenis bola yang berbeda tentu menambah variasi latihan yang berbeda dari biasanya, hal tersebut dapat membuat lebih menarik dan menyenangkan bagi para pemain. Hal tersebut dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan pemain pada saat melakukan latihan *passing* bawah.

Berdasarkan apa yang telah peneliti paparkan diatas, maka peneliti bermaksud mengujicobakan penelitian variasi latihan dengan berbagai jenis bola untuk mengatasi kelemahan *passing* bawah siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMAN 4 Cirebon. Atas dasar hal tersebut, maka peneliti mengambil judul penelitian “Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Dengan Berbagai Jenis Bola terhadap Keterampilan *Passing* Bawah dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 4 Kota Cirebon).

1.2 Rumusan Masalah

Dengan mengacu pada latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Apakah terdapat

pengaruh variasi latihan *passing* dengan berbagai jenis bola terhadap keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kota Cirebon?”.

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 operasional. Istilah tersebut adalah:

- a. 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* dengan jenis Berbagai bola terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bola voli pada siswa putra SMA Negeri 4 Kota Cirebon.
- b. Variasi latihan, menurut (Juita, 2017) “metode latihan variasi adalah suatu teknik penyajian latihan yang menggunakan jenis Berbagai bola latihan yang beraneka ragam dengan tujuan agar tidak timbul kebosanan dalam melakukan latihan” (hlm.4). Variasi latihan *passing* bawah dengan jenis Berbagai bola dalam penelitian ini adalah gerakan *passing*.
- c. *Passing* bawah, menurut (Ahmadi, 2017) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau pun dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari *passing* bawah permainan bola voli antara lain adalah untuk menerima bola servis, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba – tiba. (hlm.23) Keterampilan *Passing* dalam penelitian ini adalah keterampilan siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kota Cirebon melakukan *passing* bawah menerima bola smash atau serangan dari lawan.
- d. Bola voli, menurut (Sudijandoko, Noerjanah, 2016) ” Bola voli merupakan permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang saling berlawanan, masing – masing tim terdiri dari enam orang pemain” (hlm.47).

- e. Berbagai bola, jenis bola yang digunakan dalam penelitian ini adalah bola plastik, bola karet, dan voli sesungguhnya.

1.4 Tujuan Penelitian

Setiap kegiatan yang bermakna, tentu saja mempunyai tujuan yang ingin dicapai. Tujuan dalam penelitian ini, secara umum adalah untuk memperoleh fakta tentang metode latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* dalam permainan bola voli pada siswa SMA, secara khusus tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *passing* dengan berbagai jenis bola terhadap keterampilan *passing* dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 4 Kota Cirebon.

1.5 Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini bermanfaat baik secara teoretis maupun secara praktis. Secara teoretis hasil penelitian ini dapat digunakan bagi peneliti – peneliti berikutnya dalam kasus yang sama maupun tidak sama yang masih relevan.

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh para guru penjaskes dalam:

- 1) Bagi sekolah diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan pertimbangan dalam menentukan program – program tambahan latihan pendidikan jasmani
- 2) Bagi guru peningkatkan *passing* dengan menggunakan variasi latihan dapat memperbaiki program efektifitas dalam latihan pendidikan jasmani, sehingga akan diperoleh hasil latihan yang maksimal
- 3) Bagi siswa, mendapat pengalaman baru dan variasi latihan *passing*, sehingga dapat meningkatkan kemampuannya.
- 4) Bagi peneliti, dapat menambah wawasan dan pengetahuan untuk dapat dikembangkan lebih lanjut serta dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki kinerja diri sendiri pada saat mengajar