

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan banyak dimainkan diberbagai kalangan, mulai dari tingkat sekolah hingga profesional. Menurut definisi yang dikemukakan oleh Nugraha (2010, p. 12), bola voli adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, dimana masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Konsep dasar permainan ini menuntut setiap tim untuk bekerja sama dalam upaya memenangkan pertandingan dengan cara mematikan bola di daerah lawan sekaligus menjaga agar bola tidak mati di wilayah sendiri.

Karakteristik unik dari permainan bola voli terletak pada tuntutannya yang mengharuskan pemain memiliki keterampilan dan penguasaan teknik yang mumpuni. Hal ini disebabkan karena dalam olahraga ini, seorang pemain harus mampu menjaga bola agar tetap berada di udara dan tidak boleh menyentuh tanah. Selain itu, setiap pemain juga dituntut untuk mampu menciptakan pukulan yang strategis dan efektif, yang dapat membuat lawan kesulitan dalam menguasai bola secara sempurna, sehingga pada akhirnya dapat menghasilkan poin bagi timnya. Proses pencapaian tujuan ini hanya dapat terwujud apabila seorang pemain mampu menguasai teknik bermain bola voli dengan baik dan benar.

Penguasaan teknik dalam permainan bola voli menjadi aspek *fundamental* yang sangat penting untuk dipahami dan dikuasai oleh setiap pemain. Tanpa memiliki pemahaman yang mendalam mengenai teknik bermain bola voli yang baik, seorang pemain tidak akan mampu mendapatkan hasil yang optimal saat bermain bola voli, baik dalam konteks permainan biasa maupun dalam pertandingan resmi. Menurut Hadzik, Khairul dan Anwar Musadad (2017, p. 34), terdapat lima teknik dasar permainan bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli, yaitu: *pass* bawah, *pass* atas, *servis*, *smes* atau *spike*, dan bendungan atau *block*.

Dari kelima teknik dasar yang telah disebutkan tersebut, teknik *servis* memiliki posisi yang sangat strategis dan penting dalam permainan bola voli. *servis* berfungsi sebagai tanda dimulainya permainan sekaligus sebagai serangan pertama bagi regu

yang melakukan *servis*. Anandita (2010, p. 23) mengemukakan bahwa *servis* dilakukan untuk mengawali suatu pertandingan voli, yang menunjukkan betapa pentingnya penguasaan teknik ini bagi setiap pemain.

Dalam permainan bola voli, terdapat beberapa jenis *servis* yang dapat dilakukan oleh pemain. Menurut Anandita (2010, p. 23), jenis-jenis *servis* tersebut meliputi: pertama, *servis* atas, yaitu *servis* dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya, kemudian *server* melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas. Kedua, *servis* bawah, yaitu *servis* dengan awalan bola berada di tangan yang baik memukul bola, dimana tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah. Ketiga, *servis* mengapung, yaitu *servis* atas dengan awalan dan cara memukul yang hampir sama, namun awalan *servis* mengapung adalah melemparkan bola ke atas tetapi tidak terlalu tinggi, dengan tangan yang akan memukul bola bersiap di dekat bola dengan ayunan yang sangat pendek.

Di antara ketiga jenis *servis* yang telah dijelaskan, *servis* atas merupakan jenis *servis* yang paling sering dilakukan dalam pertandingan. Hal ini disebabkan karena laju bola *servis* atas pada umumnya lebih cepat dan lebih keras dibandingkan dengan laju bola *servis* bawah. Wiradihardja, Sudrajat dan Syarifudin (2017, p. 25) menjelaskan bahwa *servis* atas adalah serangan awal atau permulaan permainan, dengan prinsip dasar bahwa bola menuju daerah lawan dan menyulitkan lawan. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *servis* atas merupakan serangan pertama dari permainan bola voli dengan laju bola yang lebih cepat dan keras, yang dapat menyulitkan tim lawan.

Keberhasilan dalam melakukan *servis* atas tidak hanya bergantung pada teknik semata, tetapi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor fisik yang sangat penting. Salah satu faktor yang paling berpengaruh adalah koordinasi gerak. Koordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh, dimana seseorang dikatakan mempunyai koordinasi yang 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 sangat didukung oleh koordinasi gerak seluruh tubuh yang berakhir dalam bentuk gerak ayunan yang didukung oleh *power* otot lengan.

Power otot lengan menjadi komponen fisik yang sangat krusial dalam pelaksanaan *servis* atas. *Power* otot lengan dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mempergunakan *power* otot lengan yang dikerahkan secara maksimum dalam waktu sesingkat-singkatnya ketika melakukan *servis* dalam olahraga bola voli. Gerakan *servis* banyak didominasi oleh gerakan otot lengan, sehingga diperlukan koordinasi gerak yang baik. Semakin cepat gerakan dilakukan, maka semakin banyak pula komponen gerakan yang harus dikoordinasikan.

Sumbangan *power* otot lengan terhadap teknik *servis* atas bola voli sangat signifikan karena *power* otot lengan merupakan daya dorong dari gerakan lanjutan lengan yang membuat hasil terhadap bola lebih kuat dan cepat. Dengan demikian, *power* otot lengan mempunyai hubungan yang erat dan mempunyai peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan permainan bola voli. Tanpa memiliki *power* otot lengan yang baik, seorang atlet tidak dapat melakukan teknik bola voli dengan optimal. Power otot lengan yang baik memberikan dampak positif berkaitan dengan penggunaan daya dalam melakukan suatu pukulan, sehingga akan lebih menguntungkan pada saat melakukan *servis* atas.

Selain *power* otot lengan, koordinasi mata dan tangan juga memiliki peranan yang sangat penting dalam keberhasilan *servis* atas. Koordinasi mata dan tangan yang baik sangat menguntungkan untuk dapat mengarahkan bola sesuai dengan arah yang diinginkan dalam melakukan *servis* atas. Kemampuan seorang pemain bola voli untuk memadukan unsur koordinasi mata-tangan dan *power* otot lengan saat melakukan *servis* akan berpengaruh secara signifikan terhadap baik buruknya ayunan yang dihasilkan.

Koordinasi mata tangan sangat diperlukan dalam melakukan pukulan teknik bola voli, terutama pada saat melakukan gerakan memukul bola. Ketika melakukan sentuhan teknik bola voli, koordinasi mata tangan sangat menentukan keberhasilan atlet dalam melakukan pukulan. Semakin baik koordinasi mata tangan dan semakin singkat atlet dalam melakukan sentuhan teknik bola voli, maka akan diperoleh hasil yang optimal. Koordinasi mata tangan sangat dibutuhkan oleh pemain dalam mengarahkan bola menuju sasaran yang akan dicapai, sehingga dengan koordinasi mata tangan yang baik, persentase keberhasilan dalam melakukan pukulan akan semakin tinggi.

Mengingat pentingnya *power* otot lengan dan koordinasi mata-tangan dalam permainan bola voli, khususnya dalam pelaksanaan *servis* atas, maka kedua variabel

tersebut diharapkan dapat dimiliki oleh setiap pemain bola voli guna menunjang keterampilan bermain bola voli secara umum dan khususnya menunjang hasil *servis* atas. Untuk melakukan *servis* yang baik, seorang pemain harus mempunyai keterampilan khusus, seperti kecepatan gerak lengan ketika memukul bola, *power* otot lengan untuk tenaga, dan ayunan lengan agar bola mampu melaju dengan cepat dan keras.

Berdasarkan pentingnya pemahaman mengenai kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil *servis* atas dalam permainan bola voli, maka diperlukan penelitian yang komprehensif untuk mengkaji hubungan antar variabel tersebut. Penelitian ini dapat dilakukan dengan mengambil populasi pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis. Pemilihan lokasi penelitian ini didasarkan pada pertimbangan bahwa siswa-siswi ekstrakurikuler bola voli di sekolah tersebut sudah menguasai teknik dasar *servis* atas sehingga dapat dijadikan subjek penelitian yang representatif. Pentingnya penelitian ini dapat diamati dari analisis sederhana dalam pertandingan dan latihan bola voli di tingkat sekolah menengah. Dalam pengamatan pertandingan, terlihat jelas bahwa siswa dengan kekuatan otot lengan yang baik mampu menghasilkan *servis* yang lebih sulit diterima lawan karena kecepatan bola yang tinggi, namun tanpa koordinasi mata-tangan yang baik, *servis* tersebut sering keluar lapangan atau mengenai net sehingga justru merugikan tim sendiri. Sebaliknya, siswa dengan koordinasi mata-tangan yang baik dapat menempatkan bola dengan akurat ke area sasaran, tetapi jika tidak didukung kekuatan yang memadai, *servis* menjadi mudah diantisipasi dan diterima lawan dengan sempurna. Observasi latihan menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kombinasi kedua kemampuan tersebut konsisten menjadi andalan tim dalam situasi *servis*, mampu menciptakan tekanan psikologis pada lawan, dan sering kali langsung mencetak poin atau minimal mengacaukan formasi penerimaan lawan. Kondisi siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Sukamantri yang sudah menguasai teknik dasar *servis* atas dengan variasi kemampuan yang beragam memberikan kesempatan ideal untuk mengidentifikasi kontribusi relatif kedua faktor tersebut, sehingga hasil penelitian dapat menjadi panduan praktis dalam merancang program latihan yang lebih efektif dan terarah untuk meningkatkan kualitas *servis* atas dalam permainan bola voli.

Namun pada saat ini belum ada tes yang dilakukan di SMP Negeri 2 Sukamantri sehingga penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Kontribusi *Power* Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil *Servis* Atas Pada Permainan Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis".

1.2 Rumusan Masalah

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

- a. Apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *servis* atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis?
- b. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata tangan terhadap hasil *servis* atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis?
- c. Apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama terhadap hasil *servis* atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis?

1.3 Definisi Operasional

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

- a. 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. (<http://www.pengertianmenurutparaahli.net/>)
- b. *power* menurut Harsono (2016, p. 81). adalah kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat. *Power* dalam penelitian ini yaitu *power* otot lengan untuk menghasilkan suatu pukulan yang keras dan cepat dalam melakukan teknik *servis* atas permainan bola voli.
- c. Koordinasi menurut Harsono dalam buku Bompa (2018, p. 40) mengemukakan koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks. 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*.

- d. *Servis* atas menurut Wiradihardja, sudrajat dan syarifudin (2017, p. 23) bahwa *Servis* atas adalah serangan awal atau permulaan permainan. *Servis* atas adalah mulai permainan. Prinsip nya bola menuju daerah lawan dan menyulitkan lawan. Yang dimaksud *servis* atas dalam penelitian ini adalah salah satu teknik dasar permainan bola voli yang diteliti pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis.
- e. Permainan bola voli menurut widhiyanti (2020, p. 2) bola voli adalah cabang olaraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan masing –masing grup memiliki enam orang pemain. Yang dimaksud permainan bola voli dalam penelitian ini adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan dan di teliti pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis.

1.4 Tujuan Penelitian

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

- a. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *servis* atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis.
- b. Untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata tangan terhadap hasil *servis* atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis.
- c. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil *servis* atas pada permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Sukamantri Kab. Ciamis.

1.5 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.

- a. Manfaat Teoritis

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

b. Manfaat praktis

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.