

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang terus mengalami perkembangan pesat dan digemari oleh berbagai kalangan masyarakat. Permainan ini dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari enam orang pemain, dan dipisahkan oleh sebuah net di tengah lapangan. Menurut peraturan bola voli, Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia terbaru (PBVSI, 2016). Olahraga ini bersifat fleksibel dan dapat dimainkan di berbagai tempat seperti lapangan *indoor*, *outdoor*, bahkan pantai. Bola voli juga dapat dimainkan oleh siapa saja, baik anak-anak, remaja, orang dewasa hingga lanjut usia, serta tidak terbatas pada laki-laki maupun perempuan. Karena sifatnya yang mudah dipelajari dan menyenangkan, bola voli menjadi olahraga yang mampu menjangkau semua lapisan masyarakat, baik di wilayah perkotaan maupun pedesaan.

Dalam permainan bola voli, terdapat berbagai teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain agar dapat bermain secara efektif dan mendukung kerja sama tim. Teknik dasar yang harus dikuasai menurut Dwi dan Endang (2020, p. 9) meliputi *passing* atas, *passing* bawah, *servis*, *smash*, dan *blocking*. Di antara teknik-teknik tersebut, *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar harus dikuasai, karena dengan *passing* bawah yang baik tim akan mampu menyusun penyerangan dengan baik. *Passing* bawah biasa digunakan untuk menerima bola dari lawan, terutama saat menghadapi *servis* atau *smash*. Teknik ini memiliki peran krusial karena menjadi gerakan pertama dalam menyusun pola serangan. Menurut Juniaturrahman, (2016, p. 10), *passing* bawah adalah teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan untuk menerima bola rendah dengan kedua tangan dirapatkan di bagian depan tubuh, lalu diarahkan ke rekan satu tim untuk melanjutkan permainan.

Passing bawah atau sering disebut juga dengan operan lengan depan dilakukan dengan menggabungkan kedua tangan, biasanya dengan menggenggam satu tangan dan menutupinya dengan tangan lainnya, lalu meluruskan kedua lengan hingga membentuk bidang datar yang digunakan untuk memantulkan bola. Saat melakukan gerakan ini, posisi tubuh sedikit membungkuk, kedua lutut ditekuk, kaki dibuka selebar bahu untuk menjaga keseimbangan, dan berat badan diarahkan ke depan. Ketika bola datang, pemain

harus fokus dan memposisikan tubuh secara tepat agar dapat menerima bola dengan bidang lengan yang sesuai. Setelah bola menyentuh lengan bawah, pemain mengayunkan lengan ke atas sambil meluruskan lutut untuk memberikan dorongan tambahan, sehingga bola dapat diarahkan ke rekan satu tim, biasanya kepada pengumpan (*setter*). Seperti dijelaskan oleh Mulyanto & Prabowo, (2024 p. 169) dalam permainan bola voli *passing* bawah merupakan tindakan mengoper bola kepada rekan satu tim menggunakan teknik tertentu, yang berfungsi sebagai langkah awal dalam membangun strategi serangan terhadap lawan.

Dalam praktiknya, teknik *passing* bawah terdiri dari tiga tahap utama, yaitu gerakan persiapan, gerakan penerimaan bola, dan gerakan lanjutan. Tahap persiapan dilakukan dengan menempatkan tubuh dalam posisi siap, yakni berdiri dengan kuda-kuda yang seimbang, lutut ditekuk, dan lengan sudah dalam posisi siap untuk menerima bola. Tahap kedua yaitu saat bola datang dan mengenai lengan, pemain harus menjaga kestabilan tubuh, memastikan kontak bola terjadi pada lengan bagian tengah, serta mengarahkan bola sesuai sasaran. Terakhir, pada tahap gerak lanjutan, pemain menjaga posisi tubuh tetap seimbang setelah mengayunkan lengan, untuk siap merespons permainan selanjutnya.

Karena pentingnya teknik *passing* bawah tersebut maka setiap pemain harus meningkatkan keterampilannya. Latihan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah sudah banyak yang melakukan penelitian seperti yang dilakukan oleh Sansan Riksandi, Asep Angga Permadi, Zainal Arifin dengan judul Meningkatkan keterampilan *passing* bawah melalui latihan *drill* berpasangan dalam permainan bola voli, Erick Ariyanti Girsang, Dicky Hendrawan dengan judul Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain, Pandu Kresnapati dengan judul Perbedaan latihan *passing* berpasangan dengan perubahan tinggi net berat bola terhadap kemampuan *passing* bawah, Eti Sugianti, Hendra Rustiawan, Risma Risma dengan judul Perbandingan Latihan *Passing* Bawah Bergantian dengan Bermain Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli, Donan Alpandi, Sukardi, Oktariyana dengan judul Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Menggunakan Media Dinding Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli. Dari beberapa penelitian di atas belum banyak yang mengkaji latihan *drill passing* yang dipadukan berbasis *circuit* untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli.

Dari uraian di atas latihan untuk meningkatkan *passing* bawah banyak modelnya oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan bentuk-bentuk latihan di atas dengan berbasis *circuit* yaitu latihan terdiri dari beberapa bentuk yang dilakukan terdiri dari 4 pos yaitu pos 1 latihan *passing* bawah sendiri melewati tinggi net/tali, pos 2 latihan *passing* berpasangan, pos 3 latihan *passing* bawah ke target, pos 4 latihan *passing* bawah menggunakan media dinding.

Untuk mengetahui pengaruh *passing* bawah berbasis *circuit* penulis menguji cobakan pada akademi bola voli tunas harapan Kota Tasikmalaya karena berdasarkan pengamatan observasi penulis dari sekitar 20-25 poin kesempatan menerima *passing* bawah, terdapat sekitar 9-11 kesalahan *passing* bawah yang menyebabkan bola tidak dapat dikontrol dengan baik, dan bola yang dihasilkan dari *passing* bawah sering tidak mengarah ke pengumpan (*setter*). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan *passing* bawahnya masih kurang terlihat dari banyaknya kesalahan pada saat pertandingan yang dilakukan pada kejuaraan antar klub, banyak poin yang hilang akibat *passing* bawah tidak baik.

Selain dari pengamatan penulis pada saat pertandingan, penulis juga mendapat informasi dari pelatih Akademi Bola Voli Tunas Harapan Kota Tasikmalaya, Sdr. Aang Sutawijaya, S.Pd., bahwa kemampuan *passing* bawah para atlet masih perlu ditingkatkan. Pelatih juga menyampaikan bahwa beberapa atlet masih mengalami kesulitan dalam mengontrol arah bola serta kurang konsisten dalam melakukan teknik *passing* bawah. Meskipun tim bola voli akademi tersebut telah banyak menorehkan prestasi, namun dalam beberapa waktu terakhir mengalami penurunan dari segi teknik bermain, khususnya pada aspek *passing* bawah. *Passing* bawah merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli karena menjadi kunci awal dalam membangun serangan yang efektif. Kelemahan pada teknik ini berdampak langsung terhadap akurasi permainan, terutama dalam mengirimkan bola kepada pengumpan (*setter*) sehingga tim kesulitan untuk melakukan serangan melalui *spiker* secara optimal. Akibatnya, ritme permainan menjadi terganggu dan peluang mencetak poin pun menurun. Penurunan kemampuan ini diduga karena kurangnya fokus latihan pada teknik dasar serta menurunnya konsistensi dalam pelatihan individu. Oleh karena itu, pelatih menilai perlu adanya evaluasi dan peningkatan intensitas latihan teknik dasar, terutama *passing* bawah, agar tim dapat kembali tampil solid, akurat, dan kompetitif dalam setiap

pertandingan. Pembinaan teknik dasar ini dianggap sebagai fondasi penting untuk mempertahankan dan meningkatkan prestasi tim di masa mendatang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah Terdapat Pengaruh *drill passing* berbasis *circuit* terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bola voli pada Akademi Bola Voli Tunas Harapan Kota Tasikmalaya?

1.3 Definisi Operasional

Agar variabel penelitian jelas, diperlukan penjelasan mengenai variabel penelitian dengan mengemukakan definisi variabel penelitian. Dengan demikian, definisi operasional bukanlah merupakan penjelasan setiap kata dalam judul. Dalam definisi operasional hendaknya dijelaskan karakteristik atau ciri-ciri variabel penelitian yang dapat diukur dan rumusannya harus didasari oleh pengertian atau penjelasan dari referensi ilmiah yang mengacu pada bagian kajian teori.

- a. *Drill* menurut Widiastuti, (2017) *drill* merupakan metode latihan yang menekankan pengulangan gerakan secara terus-menerus untuk meningkatkan keterampilan teknik dan koordinasi gerak dalam olahraga.
- b. Latihan *passing* berbasis *circuit* adalah bentuk latihan *passing* bawah yang terdiri dari beberapa pos. Menurut Harsono (2018) *circuit* adalah metode latihan yang dilakukan dengan beberapa pos atau stasiun latihan yang berbeda dilakukan secara berurutan. Pada penelitian ini terdiri dari 4 pos yaitu pos 1 latihan *passing* bawah sendiri melewati tinggi net/tali, pos 2 latihan *passing* berpasangan, pos 3 latihan *passing* bawah ke target, pos 4 latihan *passing* bawah menggunakan media dinding.
- c. *Passing* bawah menurut PBVSI (2020) yaitu merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan untuk menerima bola pertama dengan menggunakan kedua lengan bawah guna mengarahkan bola ke pengumpan (*setter*).

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian atau kajian ini adalah sebagai berikut: Untuk mengetahui pengaruh *drill passing* berbasis *circuit* terhadap keterampilan *passing* bawah permainan bola voli pada Akademi Bola Voli Tunas Harapan Kota Tasikmalaya.

1.5 Manfaat Penelitian

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

a. Manfaat Teoretis

Diharapkan dapat dijadikan sebagai sumbangan keilmuan dan informasi dalam proses langkah awal pembinaan dan pelatihan pada atlet. Penelitian ini memberi masukan dan informasi khususnya mengenai bagaimana cara meningkatkan keterampilan *passing* bawah berbasis *circuit*.

b. Manfaat Praktis

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