

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Permainan bola voli sudah berkembang menjadi cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat, baik remaja maupun dewasa dan menurut para ahli saat ini bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari di Indonesia. Di dalam buku Sajoto (2005:1) mengatakan bahwa “Sejalan dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, dalam bidang olahraga juga mengalami perkembangan yang cepat. Yang lebih mencolok adalah adanya keterkaitan antara satu bidang pengetahuan dengan yang lain. Sehingga suatu masalah menjadi kompleks, karena dijelaskan melalui tinjauan dari berbagai sudut pengetahuan yang terkait dan saling menunjang”.

Di dalam buku PP PBVSI (2005:2) menjelaskan bahwa “Bola voli merupakan salah satu olahraga di dunia yang paling berhasil, populer, penuh persaingan sekaligus menyenangkan. Gerakan-gerakannya cepat, menegangkan, dan seru”. Selain itu permainan bola voli juga dapat melatih seluruh fungsi tubuh disamping melatih kerja kelompok. Berbagai segi positif dari permainan ini yaitu ukuran lapangan relatif kecil, jumlah pemain cukup banyak, perlengkapan alat permainan sederhana dan menimbulkan kegembiraan bagi yang memainkannya.

Selain itu permainan bola voli dapat dilakukan di lapangan terbuka maupun tertutup. Dalam buku Ahmadi, Nuril (2007:64) menjelaskan bahwa “Bola voli termasuk jenis olahraga yang banyak mengandalkan fisik, maka kondisi fisik pemain sangat penting dalam menunjang efektivitas permainan”. Dalam penelitian

ini faktor kondisi fisik yang akan dikaji adalah *power* otot tungkai dan *power* otot lengan. Pada kenyataannya tingkat kondisi fisik dan anatomis seseorang berbeda-beda. Sedangkan untuk diperoleh bibit pemain bola voli yang baik perlu diketahui seberapa besar faktor-faktor tersebut di atas ikut berpengaruh terhadap hasil permainan bola voli khususnya pelaksanaan *jumping service*.

Di Universitas Siliwangi Tasikmalaya terdapat UKM Bola Voli yang membina mahasiswa yang hobi bermain bola voli. Dewasa ini merupakan salah satu upaya untuk lebih mengaktifkan dan mengintensifikasi program latihan yang dilakukan oleh pelatih. UKM Bola Voli ini dibentuk untuk meningkatkan dan mengangkat prestasi bola voli di Universitas Siliwangi Tasikmalaya. Salah satu tujuan pembinaan ini supaya atlet-atlet tersebut mengalami peningkatan baik dari segi teknik, fisik maupun mental.

Berdasarkan pengamatan penulis selama mengikuti kegiatan UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya kemampuan *jumping service* Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya sudah memahami dan mampu melakukan teknik tersebut dengan baik dan benar. Bagi para pemain UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya tersebut *jumping service* sepertinya bukan merupakan teknik yang sulit. Hal ini terlihat ketika mereka bermain bola voli hampir semua pemain mampu melakukan teknik *jumping service* dengan baik. Hal ini tentunya merupakan suatu hal yang menarik untuk diteliti. Mengapa mereka mampu melakukan teknik *jumping service* dengan baik? Sudahkah mereka memiliki komponen kondisi fisik pendukung keterampilan *jumping*

*service* yang baik? Signifikankah hubungan antara komponen-komponen kondisi fisik pendukung keterampilan *jumping service* yang dimilikinya?

Keberhasilan melakukan teknik *jumping service* dalam permainan bola voli selain ditentukan oleh penguasaan teknik dasar yang baik juga dipengaruhi oleh kemampuan pemain dalam mengkoordinasikan komponen-komponen kondisi fisik yang diperlukan dalam melakukan teknik *jumping service*. Sebab teknik *jumping service* membutuhkan sinkronisasi antara *power*, tungkai dan lengan. Untuk teknik *jumping service*, otot tungkai dan otot lengan memberikan dorongan yang besar.

Menurut Badriah, Dewi Laelatul (2011:35) “Kekuatan otot adalah kemampuan kontraksi secara maksimal yang dihasilkan oleh otot atau sekelompok otot”. Selanjutnya Badriah, Dewi Laelatul (2011:35-36) menjelaskan “Pada mulanya, otot melakukan kontraksi tanpa pemendekan (isometrik) sampai mencapai ketegangan yang seimbang dengan beban yang harus diangkat, kemudian disusul dengan kontraksi dengan pemendekaan otot (isotonik)”. Kaitannya dalam pelaksanaan *jumping service*, *power* otot tungkai memiliki peran untuk memberikan tenaga sewaktu melakukan lompatan yang setinggi-tingginya.

*Power* otot lengan merupakan salah satu unsur penting yang mempengaruhi prestasi bola voli. Pada olahraga yang menggunakan otot lengan seperti bola voli, dewasa ini memiliki peran yang penting, karena tidak mungkin seorang atlet dapat menghasilkan pukulan yang mematikan seperti *jumping service* tanpa menggunakan kekuatan otot lengannya.

Beberapa teknik dasar dalam permainan bola voli menurut Ma'mun, Amung dan Toto Subroto (2001:51) adalah,

- 1) servis, fungsinya untuk mengawali permainan;
- 2) *passing*, fungsinya untuk menerima/memainkan bola yang datang dari daerah lawan atau teman seregu;
- 3) umpan, fungsinya untuk menyajikan bola kepada teman seregu sesuai dengan keinginannya sehingga teman seregu tersebut dapat melakukan serangan dengan sempurna;
- 4) *spike*, fungsinya untuk melakukan serangan ke daerah lawan sehingga bola yang akan diseberangkan ke daerah lawan tersebut dapat mematikan minimal menyulitkan lawan dalam memainkan bola dengan sempurna; dan
- 5) *block*, fungsinya untuk menghadang serangan lawan dari dekat jaring sekaligus sebagai serangan balik ke pihak lawan; dan *Recieve*, menjaga bola menyentuh lantai.

Dari kelima teknik di atas, servis memegang peranan yang sangat penting karena tanpa servis yang benar, maka dalam permainan tersebut tidak akan berjalan dengan baik dan seru.

Selanjutnya Ma'mun, Amung dan Toto Subroto (2001:61) mengemukakan, "Bentuk servis dapat dilakukan dengan tiga macam, yaitu servis dari bawah, servis dari samping, dan servis dari atas". Servis dari atas merupakan teknik yang memiliki tingkat kesulitan lebih tinggi dibandingkan dengan servis yang lainnya. Oleh karena itu servis atas jika dilakukan dengan benar sangat menguntungkan, karena pihak lawan akan sulit menerima bola sehingga poin akan diperoleh tim yang melakukan servis tersebut. Terlebih jika servis tersebut merupakan bola pertama kemungkinan perolehan poin sangat besar.

Dalam hal ini servis yang diteliti oleh penulis adalah *jumping service*. *Jumping service* merupakan servis yang disertai dengan gerakan melompat seperti gerakan *smash*. Menurut Ahmadi, Nuril (2007 : 22)

*Jumping service* dapat dilakukan dengan sikap awal berdiri di belakang garis belakang mengarah ke arah net. Kedua tangan memegang bola, kemudian bola dilambungkan tinggi kira-kira 3 meter agak didepan badan. Setelah itu tekuk kedua lutut untuk awalan melakukan lompatan setinggi mungkin. Pukulan bola ketika berada di keteinggian seperti melakukan gerakan *smash*, lecutkan pergelangan tangan secepat-cepatnya sehingga menghasilkan pukulan *topspin* yang tinggi agar bola secepat mungkin turun ke daerah lapangan lawan.

Penguasaan teknik *jumping service* sangat diperlukan dalam permainan, karena teknik ini berperan untuk melakukan serangan atau pukulan pertama ke daerah lawan dalam setiap permainan. *Jumping service* merupakan bagian teknik permainan bola voli dan harus memiliki keterampilan dalam melakukan gerakan teknik *jumping service*.

Setelah diketahui langkah-langkah teknik *jumping service*, maka penulis bermaksud untuk menerapkan sekaligus untuk melakukan penelitian bagaimana hubungan antara otot-otot yang mendukung saat melakukan gerakan *jumping service*.

Berdasarkan uraian tersebut maka penulis mengambil judul “Kontribusi *Power Otot Tungkai* dan *Power Otot Lengan* terhadap Hasil *Jumping Service* dalam Permainan Bola Voli (Studi Deskriptif pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya)”.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah yang akan penulis teliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya?

2. Seberapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya?
3. Seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya?

### C. Definisi Operasional

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

1. Kontribusi dalam penelitian ini adalah dimaksudkan sebagai kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
2. Power menurut Badriah, Dewi Laelatul (2011:36) adalah “Kemampuan otot atau sekelompok otot melakukan kontraksi secara eksplosif dalam waktu yang sangat singkat”.
3. Power otot tungkai dalam penelitian ini adalah kemampuan otot tungkai Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat singkat pada saat melakukan *jumping service* dalam permainan bola voli.
4. Power otot lengan dalam penelitian ini adalah kemampuan otot lengan Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya untuk

mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat singkat pada saat melakukan *jumping service* dalam permainan bola voli.

5. *Jumping service* adalah suatu gerakan servis yang disertai dengan gerakan melompat seperti gerakan *smash* dan gerakan memukul bola. Untuk melompat, bagian tubuh yang paling berperan penting adalah otot tungkai kaki (mulai dari pangkal paha sampai ujung kaki). Sedangkan untuk memukul bola bagian tubuh yang paling berperan adalah otot lengan.
6. Permainan bola voli menurut Bachtiar, dkk. (2001:1.16), “Permainan bola voli adalah permainan beregu di mana melibatkan lebih dari satu orang pemain misalnya bola voli pantai dari dua orang pemain tiap regu, bola voli sistem internasional tiap regu terdiri dari enam pemain”.

#### **D. Tujuan Penelitian**

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

1. mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
2. mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

### **E. Kegunaan Penelitian**

Manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan informasi dan kajian mengenai kondisi fisik atlet terutama masukan bagi para pelatih dalam menyusun program latihan khususnya dalam melakukan gerakan *jumping service* pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

Dalam kajian penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam menentukan kondisi fisik yang baik yang dapat digunakan dalam permainan bola voli karena dalam dunia olahraga, pengembangan teknik-teknik baru akan selalu berkembang sesuai dengan perkembangan dan pengembangan permainan dalam rangka peningkatan prestasi olahraga sekaligus sebagai bahan pertimbangan bagi para peneliti untuk mengadakan penelitian lanjut.