

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu yang populer dan digemari masyarakat, hal ini terbukti di kota-kota besar maupun di desa, mulai dari anak-anak, remaja, orang tua, laki-laki maupun perempuan, mereka menyukai kegiatan olahraga bola voli. Alasan semakin berkembangnya permainan bola voli ini tidak terlepas dari sarana dan prasarana yang dianggap murah, juga manfaat dari permainan bola voli ialah dapat meningkatkan kebugaran jasmani, sarana rekreasi, maupun untuk prestasi. Selain itu permainan bola voli dapat pula meningkatkan nilai-nilai positif seperti sportivitas, kejujuran, keterbukaan, dan disiplin yang tinggi secara watak yang berbudi pekerti luhur.

Permainan bola voli menurut Kurniawan (2011) adalah “Permainan bola voli dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang pemain dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu” (hlm. 86). Tujuan dari permainan ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola didaerah lapangan lawan dan menjaga bola agar tidak jatuh dilapangan sendiri yang diselenggarakan dibawah aturan dengan setiap tim dapat memainkan bola sampai tiga kali pantulan untuk dikembalikan (kecuali perkenaan bola saat membendung).

Untuk dapat bermain bola voli dengan baik, pemain harus menguasai teknik-teknik dasar bola voli. Dengan demikian, jelas bahwa setiap pemain bola voli harus menguasai teknik-teknik dasar permainan bola voli. Jika teknik-teknik dasar itu telah dikuasai maka dapat dikembangkan menjadi teknik bermain yang mengacu pada kombinasi permainan. Mengenai teknik dasar bola voli Rahmani, (2014) mengemukakan bahwa “Dalam cabang olahraga bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang dapat dipelajari, diantaranya *service*, *passing*, *spike* dan *blocking*” (hlm 115). Salah satu teknik dasar yang penulis soroti adalah *passing* atas.

Passing atas umumnya dilakukan saat membangun serangan, tepatnya dengan memberikan bola kepada *spiker* atau *smasher*. *Passing* atas adalah operan

yang menggunakan ujung-ujung pada jari (Winarno dan Sugiono, 2011:56).

Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar *passing* atas permainan bola voli adalah suatu teknik mengoper bola ke sesama tim untuk melanjutkan serangan. Dari kesimpulan diatas *passing* atas adalah teknik dasar bolavoli yang dilakukan untuk mengumpan atau mengoper bola keteman untuk membentuk serangan.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada ekstrakurikuler putra di SMPN 1 Cibalong masih ada siswa yang memiliki kemampuan *passing* atas kurang baik. Hal tersebut terlihat ketika melakukan *passing* atas, siswa tidak mampu melakukan *passing* tepat pada teman ataupun *passing* atas yang dilakukan belum mampu menyeberangi net. Hal tersebut disebabkan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat karena lengan dan jari-jari tangan siswa masih kurang lentur sehingga bola tidak tepat sasaran. Selain itu, dijumpai pula permasalahan lain saat melakukan *passing* atas, yaitu perkenaan bola pada tangan tidak sempurna atau *double* sehingga tidak sah. Hal ini diakibatkan siswa belum mahir dan kurang terlatih dalam melakukan teknik dasar *passing* atas. Adapula kendala lainnya, seperti posisi badan tidak dibungkukan kedepan, kaki tidak ditekuk, perkenaan bola ke tangan tidak tepat, dan gerakan tangan siswa yang dibengkokan.

Kendala-kendala yang telah disebutkan didasarkan pada penuturan guru PJOK sekaligus pembina ekstrakurikuler siswa SMPN 1 Cibalong. Beliau menyimpulkan bahwa masih banyak siswa yang kurang mahir dalam melakukan *passing* atas dan sebagian siswa masih banyak yang malas berlatih sehingga teknik dan *power* yang mereka miliki belum stabil. Dapat disoroti juga bahwa kondisi fisik siswa tidak dalam kondisi yang cukup baik untuk melakukan teknik *passing* atas secara maksimal. Maka dari itu, perlu adanya variasi latihan supaya siswa tertarik untuk lebih giat berlatih untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas pada bola voli.

Berdasarkan dari uraian diatas, penulis mencoba variasi latihan menggunakan permainan target untuk memperbaiki keterampilan *passing* atas. Maka dari itu, penulis tertarik untuk meneliti variasi latihan dengan menggunakan target yang disajikan dalam penelitian dengan judul “Pengaruh Variasi Latihan

dengan Permainan Target terhadap Keterampilan *Passing* atas dalam Permainan Bola Voli”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh dari variasi latihan menggunakan permainan target terhadap keterampilan *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler putra SMP Negeri 1 Cibalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023?”.

1.3 Definisi Operasional

Beberapa istilah perlu di jelaskan dalam mengungkapkan permasalahan ini, sehingga tidak timbul salah penafsiran dalam pengertiannya. Beberapa istilah tersebut diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Pengaruh merupakan suatu daya atau kekuatan yang dapat timbul dari sesuatubaik itu watak, orang, benda, kepercayaan dan perbuatan seseorang yang dapat mempengaruhi lingkungan yang ada di sekitarnya. Pengaruh menurut Surakhmad (2021) adalah kekuatan yang muncul dari sesuatu benda atau orang dan juga gejala dalam yang dapat memberikan perubahan yang dapat membentuk kepercayaan atau perubahan (hlm.31).
2. Pengertian latihan yaitu satu proses yang menggunakan metode-metode serta prinsip-prinsip latihan agar tujuan dari latihan bias tercapai. Pengertian latihan menurut MYI Sidayu, Apta (2015) adalah “Suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori dan praktik, menggunakan metode dan aturan latihan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah, memakai prinsip-prinsip latihan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan latihan dapat tercapai tepat pada waktunya” (hlm.48).
3. Keterampilan merupakan menunjukkan pada aksi kusus yang di ditampilkan atau pada sifat dimana keterampilan itu dilaksanakan. Keterampilan menurut Singer dikutip oleh Among (2000) adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif (hlm.61).
4. *Passing* atas adalah cara mengoper dan menerima bola yang dilakukandengan dua tangan di atas kepala. *Passing* atas adalah operan yang menggunakan ujung-

ujung pada jari (Winarno dan Sugiono, 2011:56). Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar *passing* atas permainan bola voli adalah suatu teknik mengoper bola ke sesamatim untuk melanjutkan serangan.

5. Bola voli adalah suatu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan enam orang pemain dan beberapa pemain cadangan. Menurut Edi Sih Mitranto (2010) menyatakan bahwa permainan bola voli merupakan permainan memukul bola diudara menyeberangi net (hlm.110). Olahraga ini bertujuan menjatuhkan bola ke area lawan hingga lawan tidak bisa mengembalikan bola untuk memperoleh angka.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari variasi latihan menggunakan permainan target terhadap keterampilan *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler putra SMP Negeri 1 Cibalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023.

1.5 Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ke berbagai pihak, antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritik

Hasil penelitian ini akan memberikan sumbangan dalam upaya mendapatkan informasi mengenai hasil pengaruh variasi Latihan dengan menggunakan target terhadap keterampilan *passing* atas terhadap keterampilan bola voli pada peserta ekstrakurikuler putra SMPN 1 Cibalong.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini akan memberikan informasi mengenai tingkat keterampilan dasar bermain bola voli.

- a. Bagi siswa ekstrakurikuler bola voli dapat mengetahui keterampilan dasardalam bermain bola voli.
- b. Bagi guru/pelatih digunakan sebagai tolok ukur atau memberikan program latihan selanjutnya dan latihan untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain bola voli.

- c. Bagi sekolah dapat memberikan sumbangan kepada siswa ekstrakurikuler putra SMPN 1 Cibalong dalam meningkatkan kualitas pendidikan terutama pada belajar mengajar bola voli.
- d. Bagi Universitas Negeri Siliwangi, hasil penelitian ini dijadikan bahan dasar kepustakaan dalam penelitian selanjutnya khususnya yang berkontribusi pada tingkat keterampilan dasar bermain bola voli.

