

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di masyarakat. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pertandingan bola voli di tingkat regional sampai nasional baik itu antar pelajar sampai masyarakat umum. Alasan makin berkembangnya permainan bola voli tidak terlepas dari sarana dan prasana yang di anggap murah dan juga manfaat dari permainan bola voli itu sendiri di antaranya dapat meningkatkan kebugaran jasmani, sarana rekreasi, maupun untuk prestasi. Selain itu manfaat dari permainan ini terdapat nilai apektif yang positif seperti nilai sportivitas, kejujuran dan disiplin yang tinggi.

Seiring dengan kemajuan perkembangan ilmu dan teknologi, kegiatan olahraga di Indonesia khususnya cabang bola voli mengalami perkembangan yang sangat pesat. Tak heran lagi kalau permainan yang terutama menggunakan tangan ini bukan hanya terdapat di kota-kota, perusahaan dan perkantoran saja akan tetapi sudah meluas sampai ke pelosok desa. Bahkan permainan bola voli banyak dijumpai di sekolah-sekolah maupun di perguruan tinggi sehingga tak jarang lapangan bola voli pada saat ini.

Menurut Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (2016:2) Bola Voli merupakan “suatu jenis olahraga yang dimainkan oleh dua tim di sebuah arena permainan yang di pisahkan oleh sebuah net”. Setiap tim dalam permainan bola voli masing-masing terdiri dari enam orang pemain yang dimana setiap tim tersebut berusaha untuk melewatkan bola di atas net dan kemudian menjatuhkan

bola di daerah lawan. Dalam permainan bola voli, bola diupayakan tetap melayang dan memberikan peluang bagi setiap tim untuk mengumpan bola di arena sendiri sebelum bola di kembalikan ke daerah lawan. Dalam mengumpan bola di arena sendiri setiap tim memiliki tiga pantulan sebelum mengembalikan bola ke daerah lawan.

Dalam permainan bola voli diperlukan keterampilan dan penguasaan teknik untuk dapat bermain bola voli dengan baik. Hal ini karena mengingat dalam olahraga ini, seorang pemain dituntut untuk mampu menjaga bola agar tetap berada di udara dan tidak boleh menyentuh tanah. Selain itu, pemain dituntut untuk mampu menciptakan pukulan yang mampu membuat lawan tidak mampu menguasai bola tersebut secara sempurna guna menghasilkan poin. Proses ini bisa tercipta, bila seorang pemain mampu menguasai teknik bermain bola voli dengan baik dan benar.

Penguasaan teknik ini penting untuk dipahami agar seseorang bisa bermain bola voli dengan baik dan benar. Tanpa memiliki pemahaman mengenai teknik bermain bola voli yang baik, maka seseorang tidak akan bisa mendapatkan hasil yang baik saat bermain bola voli. Teknik dasar permainan bola voli yang harus di kuasai pemain bola voli menurut Hidayat, Witono (2017: 36) sebagai berikut :

1. Teknik servis, merupakan pukulan pertama dengan bola. Melalui pukulan servis ini, sebuah tim bisa melakukan serangan terhadap lawan. Servis yang kuat dan sulit untuk diterima oleh pihak lawan bisa memberikan keuntungan poin pada tim yang melakukan servis tersebut.
2. Teknik *passing* merupakan teknik menerima bola dan mengayunkan kembali ke daerah yang diinginkan. Teknik ini merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli dan harus diketahui oleh mereka yang ingin melakukan permainan tersebut.

3. Teknik *smash* merupakan pukulan yang wajib dikuasai oleh setiap pemain bola voli. Tanpa melakukan *smash*, mustahil sebuah tim mampu memenangkan pertandingan.
4. Teknik *blocking* merupakan teknik yang harus dikuasai oleh semua pemain voli. Karena dengan teknik *blocking* ini, serangan lawan melalui *smash* bisa dihambat atau digagalkan. *Blocking* adalah teknik menutup laju bola pada saat bola berada diatas net, dengan tujuan untuk mengembalikan bola secara langsung ke arah permainan lawan.

Dari ke empat teknik yang di kemukakan tersebut, teknik dasar servis dalam permainan bola voli merupakan sebagai tanda di mulainya permainan dan sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan servis. Mengenai servis menurut Anindita (2010: 25) mengemukakan bahwa “servis dilakukan untuk mengawali suatu pertandingan bola voli”. Terdapat beberapa jenis servis dalam permainan bola voli sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Anandita (2010: 25,26) sebagai berikut:

1. Servis atas, yakni servis dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya. Kemudian, *server* melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas.
2. Servis bawah, yakni servis dengan awalan bola berada di tangan yang baik memukul bola. Tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah.
3. Servis mengapung, yakni servis atas dengan awalan dan cara memukul bola yang hampir sama. Awalan servis mengapung adalah melemparkan bola ke atas akan tetapi tidak terlalu tinggi dari kepala. Tangan yang akan memukul bola bersiap didekat bola dengan ayunan yang sangat pendek.

Dari ketiga jenis servis yang di kemukakan di atas salah satu jenis servis yang sering dilakkukan dalam pertandingan adalah servis atas, karena laju bola servis atas pada umumnya lebih cepat dan lebih keras dibandingkan dengan laju bola servis bawah. Servis atas menurut Wiradihardja, Sudrajat dan Syarifudin (2017: 23) bahwa “Servis atas adalah serangan awal atau permulaan permainan. Servis atas adalah mulai permainan. Prinsipnya bola menuju daerah lawan dan

menyulitkan lawan”. Dari pendapat yang dikemukakan tersebut penulis menyimpulkan bahwa servis atas merupakan serangan pertama dari permainan bola voli dengan laju bola lebih cepat dan lebih keras yang dapat menyulitkan lawan. Untuk dapat menghasilkan pukulan yang kuat dan cepat pada saat melakukan pukulan servis harus mempunyai komponen kondisi fisik *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan.

Dalam melakukan servis atas ada beberapa faktor yang mendukung keberhasilan servis atas, diantaranya faktor teknik dan faktor fisik. Adapun komponen-komponen kondisi fisik yang mendukung keterampilan servis atas yaitu *power* otot lengan, fleksibilitas punggung, fleksibilitas pergelangan tangan, fleksibilitas bahu dan koordinasi mata dan tangan.

Menurut Harsono (2018: 99) “*power* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat”. Sejalan dengan pendapat tersebut, Sajoto (Siregar, Irwansyah, 2015: 47) mengemukakan bahwa “daya ledak (*muscular power*) adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kekuatan maksimum dengan usahanya yang dikerahkan dalam waktu sependek-pendeknya”. Tentunya *power* sangat di perlukan dalam melakukan servis atas terutama untuk *power* otot lengan. Jika *power* otot lengan baik maka hasil pukulan servis atas juga akan baik dengan menghasilkan pukulan yang kuat dan cepat.

Komponen kondisi fisik lainnya yang mendukung keterampilan servis atas yaitu koordinasi mata tangan. Menurut Sadoso Sumosardjuno yang dikutip oleh Puri (2009: 23-24), Koordinasi mata-tangan adalah suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dan tangan sebagai pemegang fungsi melakukan suatu gerakan tertentu. Diterapkan dalam servis atas bola voli, mata berfungsi

untuk mempersepsikan objek yang dijadikan sasaran dan kapan bola akan dipukul. Sedangkan tangan berdasarkan informasi tersebut akan melakukan pukulan dengan memperkirakan kekuatan yang digunakan agar hasil servis tepat sasaran.

Bompa yang dikutip oleh Soleh (2007: 19) mengemukakan bahwa dalam koordinasi mata tangan akan menghasilkan *timing* dan akurasi. *Timing* berorientasi pada ketepatan waktu sedangkan akurasi berorientasi pada ketepatan sasaran.

Keberhasilan teknik servis atas ditentukan oleh penguasaan teknik dan didukung oleh komponen kondisi fisik. Untuk mengetahui keberhasilan servis atas dengan baik maka harus mengetahui komponen-komponen teknik dasar servis atas. Komponen-komponen servis atas menurut Wiradihardja, sudrajat dan syarifudin (2017: 24) adalah “1). Persiapan melakukan gerakan servis atas, 2). Gerakan servis atas, 3). Akhir gerakan servis atas”.

Dari teknik dasar yang dikemukakan di atas, penulis dapat menganalisa komponen-komponen kondisi fisik yang diperlukan sesuai dengan teknik dasar servis atas di atas sebagai berikut:

1. Persiapan melakukan gerakan servis atas

Berdiri tegak, pandangan kearah bola (depan). Pada saat kaki seperti melangkah, apabila menggunakan tangan kanan maka kaki kiri yang berada di depan begitu pun sebaliknya apabila menggunakan tangan kiri maka kaki kanan yang berada di depan agar pergerakan selanjutnya waktu melambungkan bola lebih mudah. Untuk menghasilkan posisi kaki melangkah yang baik maka di perlukan keseimbangan.

2. Gerakan servis atas

Lambungkan bola ke atas agak kebelakang satu meter menggunakan tangan kiri, badan agak melenting ke belakang, ayunkan tangan kanan bersamaan dengan gerakan badan ke depan, bola dipukul menggunakan tangan kanan dengan melecutkan pergelangan tangan. Untuk mendapatkan rangkaian gerakan tersebut maka dibutuhkan komponen kondisi fisik di antaranya *power*, fleksibilitas pergelangan tangan, fleksibilitas punggung dan koordinasi mata tangan.

3. Akhir gerakan servis atas

Berat badan dibawa ke depan dengan melangkahakan kaki belakang (kanan) kedepan, pandangan mengikuti arah gerakan bola. Komponen kondisi fisik yang diperlukan dalam posisi ini adalah keseimbangan.

Berdasarkan pada uraian di atas, dapat penulis simpulkan komponen kondisi fisik yang mendukung keberhasilan servis atas diantaranya keseimbangan, kekuatan, fleksibilitas, koordinasi mata tangan dan *power* otot lengan. Tentunya pada setiap komponen kondisi fisik tersebut memberikan kontribusi yang berbeda terhadap keberhasilan servis atas. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi yang berarti dari setiap komponen kondisi fisik tersebut maka diperlukan adanya penelitian. Sesuai kemampuan penulis, penulis hanya meneliti kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli.

Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli. Penulis mengambil populasi pada atlet putra UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya. Alasan mengambil populasi di tim putra UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya tersebut, karena pemain bola voli putra di UKM Bola Voli

Universitas Siliwangi Tasikmalaya sudah menguasai teknik dasar servis atas dengan baik sehingga dapat di jadikan populasi.

Hasil penelitian ini penulis laporkan dalam bentuk karya ilmiah dengan judul “Kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

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

1. Berapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi?
2. Berapa besar kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi?
3. Berapa besar kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata dan tangan secara bersama terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi?

C. Definisi Operasional

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

1. Menurut Kamus Ilmiah Populer, Dany H (2006:264) “Kontribusi di artikan sebagai uang sumbangan atau sokongan”. Kontribusi merupakan sumbangan, sokongan atau dukungan terhadap suatu kegiatan. Kontribusi berarti individu berusaha meningkatkan efisiensi dan efektifitas hidupnya. Hal ini dilakukan dengan cara menajamkan posisi perannya, sesuatu yang kemudian menjadi

bidang spesialis, agar lebih tepat sesuai dengan kompetensi. Kontribusi diberikan dalam berbagai bidang yaitu pemikiran, kepemimpinan, profesionalisme, finansial, dan lainnya (Astarhadi, 1995). Sementara menurut Yandianto (2000:282) diartikan sebagai uang iuran pada perkumpulan, sumbangan.” Bertitik tolak pada kedua kamus di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa; kontribusi adalah merupakan sumbangan, sokongan atau dukungan terhadap suatu kegiatan. Kontribusi dalam penelitian ini diartikan sebagai sumbangan, atau daya dukung dari otot *power* lengan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli.

2. Menurut Harsono (2016: 81) *Power* adalah “kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat”. Sedangkan menurut Sukadiyanto (2005:117) *Power* adalah hasil kali antara kekuatan dan kecepatan. *Power* dalam penelitian ini yaitu *power* otot lengan untuk menghasilkan suatu pukulan yang keras dan cepat dalam melakukan teknik servis atas dalam permainan bola voli.
3. Koordinasi menurut Harsono dalam buku Bompa (1988: 219) mengemukakan “koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks”. Menurut G.R. Terry koordinasi adalah suatu usaha yang sinkron dan teratur untuk menyediakan jumlah dan waktu yang tepat, dan mengarahkan pelaksanaan untuk menghasilkan suatu tindakan yang seragam dan harmonis pada sasaran yang telah di tentukan. 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.

4. Servis atas menurut Wiradihardja, sudrajat dan syarifudin (2017: 23) bahwa “Servis atas adalah serangan awal atau permulaan permainan. Servis atas adalah mulai permainan. Prinsipnya 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 atlet UKM BOLA VOLI UNSIL Tasikmalaya.
5. Permainan bola voli menurut Nugraha (2010:2) “bola voli adalah cabang olahraga 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 oleh atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

D. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui berapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya..
2. Untuk mengetahui berapa besar kontribusi koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

3. Untuk mengetahui berapa besar kontribusi *power* otot lengan dan koordinasi mata dan tangan terhadap hasil servis atas dalam permainan bola voli pada atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

E. Kegunaan 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.

Secara teoritis dan praktis hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis 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.
2. 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.