

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan suatu permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan dan masing-masing terdiri dari enam pemain. Permainan bola voli sangat terkenal di masyarakat, dimulai dari kalangan atas sampai kalangan bawah sudah tidak asing lagi dengan nama permainan bola voli. Sering dijumpai di daerah-daerah tertentu permainan bola voli ini dimainkan oleh banyak orang, muda maupun dewasa. Kebanyakan orang memainkan bola voli ini untuk mengisi waktu luang, mencari keringat, dan bahkan untuk prestasi yang meringankan mereka untuk melanjutkan belajar ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Pengertian bola voli menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015:2) “Cara memainkan bola voli yaitu dengan memantulk-mantulkan bola dengan tangan di udara melewati atas net/tali tanpa ada batas waktu sentuhan”. Bola voli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain yang bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain 2 orang, dan permainan dengan jumlah 6 orang yang biasa sering digunakan. Olahraga bola voli dapat dimainkan disegala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun lantai buatan, serta dapat dilakukan di gedung.

Menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015:15-47) “Permainan bola voli mempunyai beberapa macam teknik dasar yaitu: 1) teknik

servis, 2) teknik *passing*, 3) Teknik *spike*, 4) Teknik bendungan (*block*)". Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus dan dilakukan pengulangan dari tingkat anak-anak sampai benar-benar menguasai.

Seiring berkembangnya permainan bola voli sekarang ini banyak pertandingan-pertandingan bola voli untuk mencari pemain-pemain yang handal dalam bermain bola voli yang jika dibina akan menjadi atlet profesional. Adanya pembinaan tidak hanya dilakukan di wilayah daerah saja namun di lembaga-lembaga pendidikan baik di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), maupun di Perguruan Tinggi Negeri/Swasta (PTN/PTS).

Tujuan diadakannya pembinaan ini adalah sebagai wadah penyaluran bakat anak-anak yang masih dalam usia muda atau pertumbuhan, yaitu pada anak yang masih duduk di bangku Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) ataupun Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Permainan bola voli merupakan salah satu materi pembelajaran yang masuk dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis. Hal ini dilakukan melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, serta pembentukan watak.

Meskipun mata pelajaran pendidikan jasmani tidak diujikan dalam Ujian Nasional, namun pendidikan jasmani perlu dipahami dan dikuasai oleh siswa,

mengingat pentingnya pelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani hanya diberikan 2 jam pelajaran atau 1 kali pertemuan per minggu, diperkirakan belum mencapai tujuan dari pendidikan jasmani. Seperti halnya pembelajaran bola voli yang hanya dilaksanakan 3-4 kali per semester, dirasa sangat kurang untuk meningkatkan keterampilan gerak dalam suatu cabang olahraga. Untuk itu perlu adanya jam tambahan khusus agar dapat meningkatkan keterampilan gerak anak.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran sekolah. Tujuan diadakannya ekstrakurikuler yaitu untuk memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dan kemampuan dalam berbagai hal, seperti olahraga dan seni. Selain itu, ekstrakurikuler juga merupakan salah satu cara menampung dan mengembangkan potensi siswa yang tidak tersalurkan saat di sekolah.

Salah satu upaya pembinaan yang diselenggarakan di lingkungan sekolah adalah dengan mengadakan ekstrakurikuler. Dalam ekstrakurikuler tersebut lebih ditekankan untuk berprestasi dengan peningkatan keterampilan siswa dan dengan latihan-latihan yang sesuai dengan olahraga yang diminati. Hal ini sangat penting agar pembibitan dan pembinaan olahraga di kalangan siswa akan terus meningkat dan mencapai hasil yang maksimal.

Seiring berkembangnya permainan bola voli sekarang ini banyak pertandingan-pertandingan bola voli untuk mencari pemain-pemain yang handal dalam bermain bola voli yang jika dibina akan menjadi atlet profesional yang memiliki nilai jual yang tinggi. Adanya pembinaan tidak hanya dilakukan di wilayah daerah saja namun di sekolah juga diadakan pembinaan prestasi bola voli

melalui ekstrakurikuler di luar jam belajar. Dalam ekstrakurikuler ini tentu saja siswa diarahkan agar berprestasi sebagai bekal terjun ke masyarakat.

Ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimalisasi pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar.

Hal inilah di SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya mengadakan ekstrakurikuler bola voli. Tentu saja di dalam ekstrakurikuler semua teknik yang ada dalam bola voli diajarkan kepada siswa. Teknik yang ada dalam bola voli yaitu: *passing* atas dan bawah, *smash*, *block*, dan servis. Teknik yang paling sulit yaitu *spike* karena disini dibutuhkan koordinasi tubuh yang baik.

Teknik *spike* dapat menghibur penonton saat pertandingan bola voli. Teknik *spike* juga yang digunakan untuk menyerang maupun mematikan lawannya. Dengan pukulan yang tepat keras dan menukik akan sangat menyulitkan lawan untuk mengembalikannya. Tentu saja seorang atlet akan memiliki pukulan *spike* yang mematikan dengan berlatih sungguh-sungguh. Dalam latihan ekstrakurikuler di SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya belum mempunyai *spiker* yang memiliki pukulan yang bagus.

Di Kota Tasikmalaya sendiri setiap tahun diadakan pertandingan bola voli antar sekolah, dan di SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya selalu ikut serta dalam pertandingan-pertandingan bola voli. Hal itu tentunya sangat bagus untuk dapat

meningkatkan dan mengasah kemampuan siswa dan juga mencari bibit olahragawan bola voli. Karena pada tahun ajaran sebelumnya SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya dalam hal bola voli mampu bersaing dengan sekolah yang lain. Untuk dapat bersaing dengan sekolah lain perlu diadakannya latihan yang lebih intensif terutama teknik dalam bola voli. Dari pengamatan yang dilakukan di ekstrakurikuler SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya keterampilan *spike* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli masih sangat kurang. Penyebabnya adalah kurangnya variasi latihan yang diberikan oleh pelatih.

Melihat kondisi yang seperti itu perlu adanya latihan *spike* atau memukul bola dengan diulang-ulang agar memperoleh ketepatan dalam memukul bola. Hal ini perlu dipikirkan oleh pelatih agar menciptakan suatu latihan yang lebih efektif dan efisien untuk membentuk *spiker* yang handal. Dengan adanya latihan yang efektif dan efisien diharapkan siswa dapat berkembang lebih cepat dalam melakukan *spike* agar dapat bersaing dengan sekolah lain dalam pertandingan antar sekolah. Salah satu latihan *spike* yang baik adalah dengan variasi latihan *spike*. Latihan tersebut dapat digunakan pelatih untuk melatih atlet bola voli agar hasil *spike* dapat maksimal.

Bertolak dari uraian di atas, penulis merasa tertarik untuk mengujicobakan pengaruh variasi latihan *spike* melalui suatu penelitian. Hasil penelitian tersebut penulis wujudkan dalam sebuah karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh Variasi Latihan terhadap Keterampilan *Spike* dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian sebagaimana penulis ungkapkan pada latar belakang masalah di atas penulis merumuskan masalah penelitian ini, sebagai berikut “Apakah ada pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan *spike* dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019?”.

C. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan dalam menafsirkannya, penulis kemukakan makna yang dimaksud dari setiap istilah yang terdapat dalam judul penelitian sebagai berikut :

1. Pengaruh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008:849) adalah “Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang”. yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini adalah daya atau efek yang muncul (hasil latihan *spike*) akibat dari variasi latihan *spike*.
2. Variasi latihan dalam penelitian ini adalah latihan untuk meningkatkan keterampilan *spike* siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019 dengan sasaran bervariasi, latihan *spike* pantulan dari lantai ke dinding dan latihan *spike* bola digantung
3. Latihan adalah suatu kegiatan yang sudah dipelajari (sudah dapat melakukannya) yang dilakukan secara berulang-ulang. Menurut Harsono (2015:50), latihan adalah “Suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian

menambah jumlah beban latihan atau kerjanya”.

4. Keterampilan *spike* dalam penelitian ini adalah keterampilan siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019 melakukan *spike* (memukul bola dari atas net dengan keras, cepat dan menukik).
5. Permainan Bola Voli menurut PBVSI (2010:3) adalah suatu cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu dalam tiap lapangan dengan dipisahkan oleh net. Tujuan dari permainan itu adalah agar setiap regu melewati bola secara teratur/baik melalui atas net sampai bola menyentuh net (mati) di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai lapangan sendiri.

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dikemukakan di atas maka tujuan umum penelitian ini untuk mengungkap pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan teknik dasar *spike* dalam permainan bola voli pada siswa sekolah menengah pertama.

Sedangkan tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *spike* terhadap penguasaan keterampilan *spike* dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019.

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini bermanfaat baik secara teoretis maupun secara praktis.

1. Secara teoretis,
 - a. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai bentuk latihan yang berupa variasi latihan *spike* dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
 - b. Penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan masukan untuk mengembangkan bola voli di SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya.
2. Secara praktis
 - a. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak siswa terutama dalam penguasaan teknik dasar *spike*.
 - b. Penelitian ini diharapkan menjadi pedoman bagi pihak yang bersangkutan dalam proses pembinaan bola voli agar tercipta prestasi yang baik, dalam hal ini adalah PBVSI, atlet, pelatih, dan masyarakat.