

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. Hal ini sesuai dengan pendapat Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015:v) yang menyatakan bahwa, “Bola voli merupakan olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat Indonesia dan menduduki peringkat kedua setelah sepak bola”. Menurut 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.

Menurut Muhadjir (2006:5) “Bola voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri atas enam pemain. Tiap regu berusaha menempatkan bola di daerah lawan agar memperoleh angka (*point*), regu yang pertama mencapai angka 25 adalah regu yang menang”. Tujuan permainan bola voli menurut Barbara L. Viera & Jill Bonnie Jill Fergusen (2004:2) adalah,

Memukul bola ke arah bidang lapangan lawan sedemikian rupa sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga sentuhan yang terdiri dari operan lengan depan kepada pengumpan yang selanjutnya diberikan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang di arahkan ke bidang lapangan lawan

Maka dari penjelasan di atas, penulis dapat simpulkan bahwa bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri atas enam pemain dengan tujuan memukul bola ke arah bidang lapangan lawan sedemikian rupa sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi permainan bola voli adalah penguasaan teknik dasar permainan bola voli oleh para pemain. Oleh karena itu, seorang pemain bola voli yang tidak menguasai teknik dasar bola voli, tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Semua pemain bola voli yang baik harus menguasai teknik dasar permainan bola voli. Adapun teknik-teknik dasar permainan bola voli menurut Yunus (2012: 130) terbagi dalam lima macam teknik dasar yaitu : “1) Servis meliputi servis tangan bawah, servis tangan samping, dan servis tangan atas, 2) *Passing* meliputi *passing* bawah, *passing* atas, 3) Umpan , 4) *Smash* meliputi *smash* normal, *smash* semi, *smash pull*; 5) Bendungan atau *Block*”. Sedangkan 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*)”.

Dalam permainan bola voli unsur utama yang paling penting adalah servis, karena servis merupakan pembuka permainan. Hal ini sesuai dengan pendapat Beutelstahl (2011:9) bahwa “Servis adalah sentuhan pertama dengan bola”. Teknik servis merupakan salah satu faktor yang menunjang dalam permainan bola voli. Definisi servis menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015:15) “Suatu upaya memasukkan bola dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan oleh pemain baris belakang yang dilakukan di daerah *serve*”. Bertolak

dari definisi di atas maka servis adalah merupakan suatu usaha untuk memasukkan bola ke daerah lawan oleh seorang pemain yang berhak melakukan servis. Apabila dilihat dari cara melakukannya, servis dalam permainan bola voli dapat dibagi menjadi tiga macam, yaitu: (1) servis bawah; (2) servis serang; dan (3) servis melayang. Hal ini seperti pendapat yang dikemukakan oleh Beutelstahl (2011:10) sebagai berikut: “(a) *Under arm service*; (b) *Hook service*; dan (c) *Floating service*”.

Hook service atau servis dari atas merupakan salah satu jenis servis yang cenderung paling hebat, sebab servis ini hampir bersifat menyerang, apabila dilakukan oleh seorang server yang handal. Servis dari atas ini dapat mempercepat laju bola, dan dapat membuat jalannya bola menjadi menukik dari atas ke bawah yakni ke daerah lawan, apalagi jika ketika memukul bola server sambil meloncat tinggi, sehingga akan membuat bola sulit untuk diterima oleh lawan.

Teknik servis atas atau *hook service* merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli yang dianggap mudah, tetapi pada dasarnya sulit serta banyak kesalahan teknik dasar yang dilakukan oleh pemain. Karena itu penguasaan teknik servis atas perlu dimiliki oleh para pemain bola voli.

Menurut hasil pengamatan dan observasi pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019 sudah sering mengikuti pertandingan namun hasilnya belum begitu memuaskan. Masalah-masalah yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi suatu ekstrakurikuler bola voli yang perlu ditinjau diantaranya yaitu, kualitas pelatih, sarana dan prasarana yang dimiliki, serta kualitas pemain itu sendiri.

Masalah terpenting dalam upaya peningkatan prestasi dalam bola voli adalah peningkatan kualitas pemain. Upaya peningkatan kualitas pemain, diperlukan peningkatan kualitas pembinaan dan pelatihan. Selain penguasaan teknik dasar permainan bola voli, ada pula penguasaan teknik servis atas yang perlu diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Salah satu permasalahan yang penting dalam bermain bola voli adalah tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar bola voli. Mengingat pentingnya keterampilan servis atas tersebut, maka keterampilan servis ini harus mendapat perhatian yang serius dalam pembinaan prestasi bola voli. Setiap pemain bola voli perlu dilatih keterampilan teknik servis atas. Demikian juga pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019, dalam rangka untuk meningkatkan prestasinya teknik servis atas para pemainnya harus ditingkatkan. Pelatih harus memberikan latihan servis atas secara intensif dengan program latihan yang benar.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan banyak ditemui kekurangan khususnya pada latihan servis atas dalam bola voli yaitu siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019 sering mengalami kesulitan dalam menciptakan dari hasil servis saat pertandingan, akurasi pukulan yang kurang akurat serta metode latihan yang monoton sehingga membuat proses latihan kurang tersampaikan dengan maksimal.

Penguasaan teknik servis atas oleh para pemain bola voli dapat diperoleh melalui latihan yang intensif dengan memakai metode yang efektif dan efisien,

agar hasil pukulan servis tersebut berhasil. Hal ini merupakan masalah yang cukup sulit dirasakan oleh para pelatih olahraga khususnya bola voli, karena atlet didiknya merupakan makhluk sosial yang memiliki latar belakang yang berlainan. Minimal ada tiga aspek yang membedakan atlet yang satu dengan yang lainnya, yaitu aspek intelektual, psikologis, dan biologis. Perbedaan ketiga aspek tersebut akan sangat berpengaruh terhadap penentuan metode latihan dalam perencanaan, pelaksanaan latihan, dan hasil latihan Penjaskes.

Berdasar pada uraian di atas, bahwa latihan teknik dasar dalam permainan bola voli akan berhasil dengan baik jika pelatih sebagai pengelola latihan mampu membuat rencana latihan dan melaksanakannya dengan baik. Karena itu, penulis sebagai calon guru penjaskes mencoba memilih dan mencari metode yang paling efektif digunakan dalam latihan teknik-teknik dasar bola voli.

Banyak sekali metode yang disusun dan digunakan dalam latihan, seperti dikemukakan Supandi (2012:24-47) sebagai berikut,

- 1) Komando, semua kegiatan dikontrol oleh guru,
- 2) Tugas, siswa melakukan tugas sendiri,
- 3) Resiprokal, teman membantu dalam pelaksanaan beberapa fungsi pengajaran,
- 4) Kelompok Kecil, peranan siswa dibagi menjadi pelaku,
- 5) Individual, program individu direncanakan untuk masing-masing siswa,
- 6) *Discovery* tertuntun, guru menyediakan kunci-kunci/ petunjuk-petunjuk pemecahan gerak (melibatkan faktor kognitif),
- 7) Pemecahan masalah, siswa mencari sendiri jawaban masalah yang dilengkapi.

Salah satu metode yang sering diperlukan dan digunakan oleh pelatih adalah metode praktek dan distribusi. Supandi dan Laurens Seba (2012:31) menjelaskan,

Salah satu unsur penting dalam metode latihan adalah metode praktek, yaitu pelaksanaan gerak yang akan dipelajari. Metode praktek atau *method of practice* banyak dipengaruhi oleh teori belajar yang dianut. Secara garis

besarnya metode praktek dapat dibagi menjadi praktek padat atau *massed-practice* dan praktek distribusi atau *distributed-practice*.

Selanjutnya pengertian mengenai metode praktek padat dan distribusi Supandi dan Laurens (2012:31) menjelaskannya sebagai berikut praktek padat ialah “Praktek suatu keterampilan olahraga yang dipelajari, yang dilaksanakan secara berkesinambungan dan konsisten tanpa diselingi waktu istirahat. Praktek distribusi adalah praktek dalam waktu yang pendek dan sering diselingi waktu istirahat yang pendek pula”.

Sedangkan mengenai pengertian metode praktek distribusi, Supandi dan Laurens Seba (2012:31) menjelaskannya sebagai berikut, praktek distribusi ialah “Praktek suatu keterampilan olahraga yang dipelajari, yang dilaksanakan secara kesinambungan dan konsisten tanpa diselingi waktu istirahat sedangkan praktek distribusi ialah praktek pendek yang sering diselingi waktu istirahat yang pendek pula”.

Praktek distribusi dilakukan tiga cara yaitu praktek distribusi meningkat, praktek distribusi tetap, dan praktek distribusi menurun. Setiap metode yang digunakan selalu mempunyai kelebihan dan kelemahan dalam mempengaruhi hasil belajar, sehingga ketiga metode tersebut masing-masing akan memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hasil pembelajaran teknik dasar bola voli.

Secara teoretis setiap metode yang digunakan selalu memiliki keuntungan dan kelebihan atau kekurangan dan kelemahannya. Demikian halnya kedua metode tersebut di atas, disamping masing-masing memiliki kelebihan juga tidak terlepas dari kelemahannya dalam mempengaruhi hasil latihan.

Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai keefektifan metode praktek distribusi meningkat dan distribusi menurun dalam latihan teknik servis atas. Hasil latihannya, penulis perbandingkan dengan harapan dapat diketahui metode yang lebih efektif dari kedua metode tersebut.

Hasil penelitian ini penulis wujudkan dalam karya tulis yang berjudul “Perbandingan Pengaruh Metode Praktek Distribusi Meningkatkan dengan Metode Praktek Distribusi Menurun terhadap Keterampilan Servis Atas dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang Tahun Ajaran 2018/2019)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah latihan servis atas dengan menggunakan metode praktek distribusi meningkat berpengaruh terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019?
2. Apakah latihan servis atas dengan menggunakan metode praktek distribusi menurun berpengaruh terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019?
3. Manakah dari kedua metode latihan antara metode praktek distribusi meningkat dan metode praktek distribusi menurun yang paling berpengaruh terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa

ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019?

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam pengertian terhadap istilah yang digunakan, maka perlu adanya penjelasan batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini, adapun istilah-istilah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Perbandingan menurut Pusat Bahasa (2008:100) adalah “1) perbedaan (selisih) kesamaan, 2) persamaan; ibarat, 3) pedoman pertimbangan”. Yang dimaksud perbandingan dalam penelitian ini adalah perbedaan (selisih) kesamaan pengaruh antara latihan servis atas dengan metode distribusi meningkat dan menurun terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019.
2. Pengaruh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Pusat Bahasa, 2008:664) artinya sama dengan akibat hasil yang diperoleh. Jadi pengaruh dalam penelitian ini adalah akibat atau hasil latihan yang diperoleh dari latihan servis atas dengan metode praktek distribusi meningkat dan menurun.
3. Latihan menurut Harsono (2015:50) “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya”. Yang dimaksud latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih servis atas dengan metode praktek distribusi meningkat dan menurun terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar

Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.

4. Metode distribusi meningkat (progresif) adalah metode praktek distribusi yang berprinsip bahwa penggunaan waktu istirahat secara memadai bukan merupakan pemborosan waktu, tetapi merupakan bagian penting di dalam proses belajar gerak untuk memperoleh pemulihan yang cukup.
5. Servis atas menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015:15) “Suatu upaya memasukkan bola ke daerah lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan oleh pemain baris belakang yang dilakukan di daerah *serve*”. Yang dimaksud servis atas dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019 melakukan pukulan bola yang dilakukan di daerah sebelah kanan belakang dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) melampaui net ke daerah lawan sebagai hasil latihan teknik servis atas setelah mengikuti latihan teknik servis atas dengan metode praktek distribusi meningkat dan menurun.
6. Bola voli menurut Muhadjir (2006:5) adalah “Permainan yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri atas enam pemain. Tiap regu berusaha menempatkan bola di daerah lawan agar memperoleh angka (*point*), regu yang pertama mencapai angka 25 adalah regu yang menang”.

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan permasalahan yang telah penulis kemukakan diatas, maka tujuan yang ingin penulis dapatkan dari hasil penelitian adalah

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan servis atas dengan menggunakan metode praktek distribusi meningkat terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan servis atas dengan menggunakan metode praktek distribusi menurun terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih berpengaruh antara latihan servis atas dengan menggunakan metode praktek distribusi meningkat dan menurun terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019.

E. Kegunaan Penelitian

Manfaat teoretis hasil penelitian ini adalah sebagai bahan pertimbangan dan informasi untuk membuktikan adanya pengaruh latihan servis atas menggunakan metode praktek distribusi meningkat dan menurun terhadap keterampilan servis atas dalam permainan bola voli.

Sedangkan kepentingan praktis yang diharapkan dari hasil penelitian ini bisa bermanfaat bagi :

1. Dapat mengukur pengaruh latihan servis atas menggunakan metode praktek distribusi meningkat dan menurun pada siswa ekstrakurikuler bola voli MTs. Al-Hajar Tanjungwangi Kabupaten Subang tahun ajaran 2018/2019.
2. Dapat memberikan masukan kepada pelatih tentang pentingnya latihan menggunakan metode praktek distribusi meningkat dan menurun.
3. Dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam cabang bola voli.