

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga yang dalam satu tim beranggotakan enam orang ini merupakan olahraga yang menyenangkan. Olahraga bola besar yaitu bola voli ini sangat digemari banyak orang, khususnya masyarakat Indonesia. Permainan ini dapat dimainkan oleh semua kalangan mulai dari masyarakat pedesaan, perkantoran, sekolahan maupun perguruan tinggi. Lapangan bola voli berbentuk persegi panjang dengan ukuran lebar 900 cm dan panjang 1800 cm. dibatasi dengan garis selebar 5 cm. Di tengah lapangan dipasang jaring/ net dengan panjang 900 cm atau selebar lapangan, dan tinggi net 2,43 m dari tanah khusus laki-laki.

Pengertian Bola Voli menurut Nuril Ahmadi, (2007) sebagai berikut.

Bola voli adalah permainan tim yang dilakukan dengan tempo cepat, sehingga waktu bola untuk dimainkan sangatlah terbatas. Dengan demikian atlet harus menguasai teknik-teknik dasar bola voli dengan sempurna untuk dapat menguasai bola dalam suatu permainan dan mampu menghasilkan poin bagi timnya. Bola voli menjadi salah satu olahraga yang banyak digemari karena permainannya relative ringan, teknik-tekniknya cukup sederhana dan aturan permainannya tidak rumit. (hlm. 1)

Sedangkan menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015) “Cara memainkan bola voli yaitu dengan memantulk-mantulkan bola dengan tangan di udara melewati atas net/tali tanpa ada batas waktu sentuhan” (hlm.2). Bola voli menjadi 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 dua orang, dan permainan dengan jumlah enam orang yang biasa sering digunakan.

Adanya tuntutan prestasi yang tinggi maka perlu dilakukan latihan yang efektif dan efisien sehingga penguasaan teknik dasar dapat dikuasai dengan sempurna. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu yang perlu dikembangkan untuk prestasi permainan. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dipelajari terlebih dahulu untuk mengembangkan mutu prestasi, sebab menang atau

kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan salah satunya ditentukan oleh penguasaan teknik dasar permainan bola voli.

Menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015) “Permainan bola voli mempunyai beberapa macam teknik dasar yaitu: 1) teknik servis, 2) teknik *passing*, 3) Teknik *spike*, 4) Teknik bendungan (*block*)” (hlm.15-47). Salah satu teknik dasar permainan bola voli adalah servis, dimana servis merupakan permulaan untuk dimulainya suatu pertandingan. Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari daerah belakang garis lapangan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya suatu kesalahan. Ketepatan servis atas merupakan salah satu hal yang dapat dijadikan salah satu patokan suatu servis dapat dijadikan sebuah serangan. Menurut Soedarwo, Sunardi dan Agus Margono (2000) bahwa: “Untuk mempersulit bola servis pada dasarnya berkaitan dengan kecepatan kurve, dan belok-belok jalannya bola dan penempatan bola diarahkan pada titik-titik kelemahan lawan” (hlm.38). Jadi keakuratan servis ke daerah lawan yang sukar dijangkau pemain lawan atau yang mempunyai kemampuan *passing* kurang dapat menghasilkan poin bagi regunya. Sehingga dalam mengembangkan servis sebagai salah satu serangan, ketepatan servis dapat dilatih sehingga servis yang dilakukan siswa dapat akurat.

Menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015), “Servis adalah 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*” (hlm.15). Pukulan servis dapat berupa serangan bila bola dipukul dengan keras dan terarah. Servis harus dilakukan dengan baik oleh semua pemain, karena kesalahan servis mengakibatkan penambahan angka bagi lawan. Demikian pentingnya kedudukan servis dalam permainan bola voli, maka teknik dasar servis harus dikuasai dengan baik, sebaiknya latihan dasar servis mendapat porsi yang cukup. Servis dilakukan dari daerah servis di belakang lapangan dengan panjang tak terbatas. Mula-mula servis hanya berperan sebagai pukulan awalan untuk memulai pertandingan, tetapi seiring berjalannya waktu servis bisa menjadi serangan awal untuk mendapat *score* atau nilai agar suatu regu memperoleh kemenangan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pemain melakukan servis

dengan tujuan agar servis langsung bisa mendapatkan nilai untuk mencapai kemenangan. pula kepada pemain yang baru menggantikan pemain yang lainnya.

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 Sunardi dan Kardiyanto (2015:15) sebagai berikut: “(a) *Under hand serve*; (b) *Overhead serve*; (c) *Frontal floating serve*; (d) *Side frontal serve/ vertical move*; (d) *Jump serve*; (e) *Jump serve float*; (f) *Jump serve float*”.

Sesuai dengan permasalahan penelitian ini, penulis hanya akan membahas mengenai *jumping service*. *Jumping service* merupakan servis yang disertai dengan gerakan melompat seperti gerakan *smash*. Ahmadi, Nuril (2007) menyatakan bahwa,

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. (hlm. 22).

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*.

Jumping merupakan servis yang dapat dijadikan serangan. Servis jenis ini sering dilakukan pemain untuk mematikan lawan. Jatuhnya bola dapat menipu lawan karena bola yang dihasilkan dari servis ini adalah memutar dan cepat. Sehingga pemain lawan tertipu akan datangnya bola. Selain itu, pemain lawan yang kurang baik dalam menerima bola servis dapat dijadikan sasaran atau target servis atas. Banyak faktor yang menentukan keberhasilan dalam melakukan servis, selain teknik yang harus dilatih dengan benar, kondisi fisik juga sangat mempengaruhi ketepatan servis. Menurut M. Sajoto (2011) “Secara umum

kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya” (hlm.57). Artinya bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut. Komponen-komponen kondisi fisik dapat dikemukakan sebagai berikut : 1) kekuatan, 2) daya tahan, 3) daya ledak, 4) kecepatan, 5) kelentukan, 6) keseimbangan, 7) koordinasi, 8) kelincahan, 9) ketepatan, 10) reaksi. Setiap cabang olahraga memiliki kebutuhan komponen kondisi fisik yang berbeda-beda prioritasnya.

Servis ini mempunyai peluang untuk mendapatkan poin yang banyak. Kelihatannya tidak mudah melakukan *jumping service* karena servis jenis ini memerlukan konsentrasi yang tinggi dalam melakukannya. Tidak hanya koordinasi yang baik, tetapi latihan secara rutin dapat meningkatkan hasil kemampuan servis atas.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan banyak ditemui kekurangan khususnya pada teknik *jumping service* serta menjadi masalah utama yang dialami oleh Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya. Dalam melakukan teknik *jumping service* tersebut Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya tidak dapat menguasai gerak dasar yang diharapkan, akurasi pukulan yang kurang akurat. Artinya, teknik *jumping service* yang dilakukan bukan hanya mengutamakan masuk tidaknya bola ke daerah lapangan lawan, namun ketepatan jatuhnya bola pada daerah-daerah tertentu dilapangan lawan. Sedangkan tujuan utama dalam melakukan servis adalah untuk mudah menciptakan nilai pertama dalam permainan. Kondisi yang sama juga dialami oleh Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya, dimana dalam melakukan teknik *jumping service* pemain dihadapkan pada masalah kesulitan dalam melakukan gerak dasar yang benar khususnya pada penempatan bola (akurasi). Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya peneliti mencoba menerapkan latihan sasaran menggunakan sasaran bervariasi yaitu kardus dalam mengoptimalkan kemampuan ini, penggunaan sasaran kardus ini ditujukan untuk meningkatkan ketepatan dalam penempatan bola (akurasi) dalam kemampuan

servis atas bola voli, selain itu pengembangan latihan dengan sasaran bervariasi ini juga belum pernah diterapkan pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya sehingga diharapkan dengan latihan tersebut dapat menarik dan meningkatkan motivasi dalam latihan teknik *jumping service* bola voli yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan permasalahan tersebut diatas peneliti mencoba menerapkan latihan *jumping service* menggunakan sasaran bervariasi yaitu kardus dalam mengoptimalkan kemampuan ini, penggunaan sasaran kardus ini ini ditujukan untuk meningkatkan ketepatan dalam penempatan bola (akurasi) dalam kemampuan *jumping service* bola voli, selain itu pengembangan latihan dengan sasaran bervariasi ini juga belum pernah diterapkan pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya sehingga diharapkan dengan latihan tersebut dapat meningkatkan minat serta motivasi dalam latihan *jumping service* bola voli yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki.

Hal ini menimbulkan niat untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan *Jumping Service* dengan Menggunakan Sasaran Bervariasi terhadap Ketepatan *Jumping Service* dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya)”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian sebagaimana penulis ungkapkan pada latar belakang masalah di atas penulis merumuskan masalah penelitian ini, sebagai berikut “Apakah latihan *jumping service* dengan menggunakan sasaran bervariasi berpengaruh terhadap ketepatan *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya?”

1.3 Definisi Operasional

Untuk menjaga kesalahpahaman dalam penafsiran, maka beberapa istilah di bawah ini perlu diartikan maknanya :

- 1) 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 *jumping service* dengan menggunakan sasaran bervariasi.

- 2) Latihan menurut Harsono (2015) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya” (hlm.50). Yang dimaksud latihan dalam penelitian ini adalah proses berlatih teknik *jumping service* dengan menggunakan sasaran bervariasi terhadap ketepatan *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya, yang dilakukan secara sistematis dan dilakukan berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah bebannya.
- 3) Latihan *jumping service* dengan sasaran bervariasi dalam penelitian ini adalah bentuk latihan menyempurnakan kemampuan mengarahkan bola menggunakan sasaran kardus dengan arah yang bervariasi. Pada latihan ini atlet dirangsang untuk dapat menempatkan bola yang akan dioperkan pada letak yang tepat.
- 4) *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.
- 5) Permainan bola voli menurut Bachtiar, dkk. (2001), 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” (hlm. 1.16).

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *jumping service* dengan menggunakan sasaran bervariasi terhadap ketepatan *jumping service* dalam permainan bola voli pada Anggota UKM Bola Voli Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

1.5 Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini bermanfaat baik secara teoretis maupun secara praktis. Secara teoretis hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung dan memperkaya khasanah keilmuan tentang didaktik-metodik latihan penjasokes yang sudah ada,

khususnya teori tentang strategi latihan penjasKes di sekolah. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh para guru penjasKes dalam :

- 1) Menyusun persiapan latihan terutama dalam memilih metode latihan agar hasil latihan dapat dicapai dengan optimal.
- 2) Melaksanakan latihan berdasarkan langkah-langkah sesuai dengan karakteristik metode yang dipilih dan tujuan latihan yang harus dicapai.