

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli sangat di minati oleh masyarakat pada umumnya. Permainan bola voli itu sendiri dapat meningkatkan kebugaran jasmani, sarana rekreasi, maupun untuk prestasi. Menurut Adnan & Arlidas (2019) “Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu, yang dimainkan dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain”.

Seperti yang kita ketahui ide dalam permainan bola voli yaitu mematikan bola dipetak lawan dan mempertahankan bola tidak mati di daerah kita, sehingga kita mendapatkan poin. Di dalam permainan bola voli terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi bola voli. Syafruddin (1999) (dalam (Arista & Hermanzoni)) menyatakan bahwa : “Ada dua faktor yang mempengaruhi suatu prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal tersebut adalah faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang timbul dari luar pemain seperti pelatih, sarana prasarana, keluarga, gizi, dan sebagainya”(hlm.22)

Untuk bisa bermain bola voli dengan baik, seorang pemain harus bisa menguasai beberapa teknik dasar. Dalam cabang olahraga bola voli seperti juga cabang olahraga lainnya, terdapat teknik-teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik oleh pemain Menurut Rahmani, Mikanda (2014) mengemukakan bahwa “Dalam cabang olahraga bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang dapat dipelajari, diantaranya servis, *passing*, *spike* dan *blocking*”(hlm.115)

Dari berbagai teknik yang dikemukakan diatas salah satu teknik dasar yang diperlukan dalam penyerangan adalah teknik *spike*, *Spike* sendiri merupakan teknik pukulan dengan tujuan untuk mematikan permainan lawan yang dilakukan/ dipukul di atas net. Menurut Sunardi dan Kardiyanto (2015) *spike* adalah “Pukulan bola yang keras sebagai bagian dari sebuah serangan dalam permainan dengan tujuan untuk mematikan lawan dan mendapatkan poin”(hlm.39). Selain menguasai teknik, pemain bola voli harus

memiliki komponen kondisi fisik yang baik, karena komponen kondisi fisik yang baik akan memberikan dukungan terhadap keberhasilan dalam melakukan permainan bola voli. Adapun komponen kondisi fisik yang perlu dikembangkan menurut Badriyah, (2013) terdiri dari : 1) Kekuatan (*strenght*), 2) Daya tahan (*endurance*), 3) *Power*, 4) Kecepatan (*Speed*), 5) Daya lentur, 6) Kelincahan (*agility*), 7) Kordinasi (*coordination*), 8) Keseimbangan (*balance*), 9) Kecepatan reaksi (hlm.35). Dari komponen kondisi fisik yang dikemukakan *power* merupakan salah satu hal yang penting dalam cabang olahraga permainan bola voli. Hal ini sejalan dengan pendapat Harsono (1988) mengemukakan sebagai berikut : “*Power* terutama penting untuk cabang-cabang olahraga di mana atlet harus mengerahkan tenaga yang *eksplosif* seperti nomor-nomor lempar dalam atletik dan melempar softball. Juga dalam cabang olahraga yang mengharuskan atlet untuk melompat dengan kaki...voli kecuali itu *power* juga perlu untuk memukul”(hlm.200).

Power yang dominan diperlukan untuk melakukan *spike* adalah *power* otot tungkai dan *power* otot lengan. Kegunaan *power* otot tungkai dalam permainan bola voli yaitu agar pemain mampu melompat setinggi-tingginya dengan upaya memukul bola dengan tinggi net/ jaring (2,43 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk putri) sebagai batas lapangan permainan untuk menyeberangkan bola ke daerah lawan. *Power* tungkai dalam melakukan *spike* sangat dibutuhkan untuk menghasilkan lompatan yang setinggi-tingginya agar dapat memukul bola lebih tinggi dari jaring sehingga hasil pukulannya menukik. Sedangkan *power* otot lengan merupakan alat gerak yang mempunyai pengaruh besar dalam pengumpulan poin dengan *power* lengan yang baik sangat besar kemungkinan untuk mematikan bola ke daerah lawan dan mendapatkan point.

Menurut Sajoto (1995) “*power* otot lengan adalah gerakan yang dilakukan secara eksplosif. Maksudnya, kemampuan seseorang untuk mempergunakan *power* otot lengan yang dikerahkan secara maksimum dalam waktu sependek-pendeknya ketika melakukan pukulan *spike* dalam permainan bola voli” (hlm.8). Gerakan pukulan *spike* lebih banyak didominasi oleh gerakan otot lengan. Oleh karena itu, perlu koordinasi gerak yang baik dari gerakan seperti pada saat passing secara cepat diubah menjadi pukulan *spike* yang dapat dimanfaatkan untuk mengejutkan lawan.

Dengan demikian, semakin cepat perubahan itu dilakukan maka semakin banyak pula komponen gerakan yang harus dikoordinasikan

Bertolak dari uraian di atas penulis merasa tertarik untuk menelaah serta menganalisa seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya”.

1.2 Rumusan Masalah

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

1. Seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya?
2. Seberapa besar kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya?
3. Seberapa besar kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran beberapa istilah dalam penelitian ini, maka penulis akan memberikan penjelasan mengenai istilah – istilah yang digunakan antara lain:

1. Kontribusi (<http://pengertiandefinisi.com/konsep-dan-pengertian-kontribusi/>) diartikan sebagai sumbangsih atau peran. Yang dimaksud Kontribusi dalam penelitian ini adalah sumbangan dari *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap keterampilan *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya.
2. *Power* menurut Mylsidayu, dan Kurniawan (2015) bahwa “*power* dapat diartikan sebagai kekuatan dan kecepatan yang dilakukan secara bersama-sama dalam melakukan suatu gerak”(hlm.136). *Power* dalam penelitian ini yaitu *power* otot tungkai sebagai pendukung dalam melakukan tolakan atau loncatan dengan tinggi dalam waktu yang cepat sehingga dapat melakukan pukulan lebih tinggi dari net, dan *power* otot lengan untuk menghasilkan suatu pukulan yang keras dalam melakukan teknik *spike* permainan bola voli.

3. Permainan bola voli, menurut Wahyuni, (2010) “Bola voli merupakan salah satu permainan bola besar yang dilakukan oleh dua regu, setiap regu terdiri atas enam pemain. Dalam permainan bola voli setiap regu saling memantulkan bola yang melewati atas net atau jaring”.

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk memperoleh fakta tentang kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap pukulan *spike* permainan bola voli. Dari rumusan yang bersifat umum tersebut, maka dapat dirumuskan tujuan spesifik sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya.
2. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya.
3. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil *spike* permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMA Negeri 7 kota Tasikmalaya.

1.5 Kegunaan/ Manfaat 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 *spike* 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 *spike* dalam permainan bola voli dalam

penerapan kondisi fisik *power* otot tungkai dan *power* otot lengan 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.