# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Sejarah awal perkembangan permainan dan olahraga bola voli berasal dari penemuan seorang instruktur Pendidikan Jasmani di Amerika Serikat. Permainan bola voli kali pertama ditemukan oleh William G Morgan pada 1895, pada saat permainan tersebut dinamakan Mintonete, tepatnya di Holyoke Masschussetts Amerika Serikat. William G Morgan lahir di kota New York, Morgan kuliah di Springfield Collage YMCA (*Young Men's Christian Association*), pada saat kuliah dia bertemu James Naismeth penemu permainan bola basket. Setelah selesai kuliah, di tahun pertama Morgan mengahabiskan waktunya di Auburn (Maine) YMCA dan kemudian pindah ke YMCA Holyoke Massachussets sebagai Direktur Pendidikan Jasmani (*Physical Education*). Jabatan sebagai Direktur bertugas mengembangkan berbagai program Penjas dan kelas Penjas untuk usia dewasa. Morgan memiliki peran cukup memadai untuk mengembangkan berbagai konsep yang pada akhirnya menemukan permainan permainan bola voli. Morgan mendedikasikan hidupnya menjadi instruktur dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Springfield College YMCA, yang merupakan kepanjangan dari Young Men's Cristian Association, bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari semua lapisan masyarakat di Indonesia. Olahraga ini dapat dimainkan mulai dari tingkat anak-anak sampai orang dewasa, baik pria maupun wanita. Pada awal mulanya bermain bola voli untuk tujuan rekreasi untuk mengisi waktu luang atau sebagai selingan setelahlelah berkerja atau belajar. Selain tujuan-tujuan tersebut banyak orang berolahraga khususnya bermain voli untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani atau kesehatan. Kemudian berkembang ke arah tujuan yang lain, seperti tujuan prestasi yang tinggi untuk meningkatkan prestasi diri, mengharumkan nama daerah, bangsa, dan negara (Asep Kurnia, 2008: 14). Apabila bermain bola voli bertujuan untuk memperoleh prestasi. Maka dalam bermain harus dilakukan sungguh-sungguh dan dibutuhkan koordinasi gerak yang baik dari setiap pemain. Untuk menciptakan suatu koordinasi dan kerja sama yang baik melalui kombinasi teknik, setiap tim bola voli membutuhkan latihan organisasi tim yang sesuai dengan taktik dan strategi yang diterapkan. Selanjutnya untuk memperoleh hasil yang memuaskan dalam permainan bola voli, diperlukan penguasaan teknik dasar seperti *Service*, membendung (bloking), *Smast* (spike) dan *Passing*.

Menurut Djoko Pekik Iriyanto (2002: 11-12) bahwa, latihan adalah proses pelatihan dilaksanakan secara teratur, terencana, menggunakan pola dan sistem tertentu, metodis serta berulang seperti gerakan yang semula sulit dilakukan, kurang koordinatif menjadi semakin mudah, otomatis, dan reflektif sehingga gerak menjadi efisien dan itu harus dikerjakan berkali-kali. Menurut Sukadiyanto (2005:1) bahwa pada prinsipnya latihan merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik kemampuan fugsional peralatan tubuh dan kualitas psikis anak latih.

Unsur kondisi fisik yang harus dimiliki dalam permainan bola voli adalah kekuatan, kelentukan, kelincahan, kecepatan dan daya tahan. Dalam permainan bola voli pemain harus melatih komponen itu, tentunya melalui proses latihan, sedangkan tujuan latihan adalah membantu atlet meningkatkan keterampilan dan potensi yang dimiliki atlet semaksimal mungkin. Dalam Depdiknas (2000: 8-10), komponen kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen kesegaran jasmani yang mempengaruhi

kesegaran jasmani juga mempengaruhi kondisi fisik seseorang. Dalam melatihkan komponen biomotor bola voli sering kali pelatih tidak melakukan beberapa perubahan atau inovasi baru dalam latihan.

Passing bawah merupakan salah satu cara yang dilakukan oleh pemain untuk menerima bola passing dari pemain lain dalam satu tim yang merupakan hasil passing servis atau smash dari pihak lawan. Melakukan passing bawah dengan posisi bola berada diantara kedua pergelangan tangan siap untuk di dorong atau diumpankan pada teman untuk dipukul. Posisi pengumpan pada saat mengumpankan bola maka posisi awal adalah posisi badan agak condong ke depan, kedua kaki di buka selebar bahu dan lutut agak di tekuk sehingga badan memiliki kondisi keseimbangan yang memadahi, kedua tangan berada di depan badan dan kedua telapak tangan saling menggenggam dengan erat

Bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan passing bawah diantaranya melakukan passing bawah secara individu, passing bawah secara berpasangan, passing atas dengan cara dipantulkan ke tembok ( wall bounce ). Latihan berpasangan ini merupakan latihan passing bawah dengan mempassing bola ke teman atau pasangan secara berulang – ulang guna mengukur kemampuan dan ketepatan dalam mempassing bola. Dalam hal ini dibutuhkan konsentrasi mempassing bola ke teman seakurat mungkin supaya bola tepat sasaran yang diinginkan. Diharapkan dengan latihan berpasangan dapat meningkatkan passing atas dengan baik dan akhurat. Maka peneliti merasa perlu membuktian seberapa besar pengaruh latihan berpasangan terhadap keakurasian passing bawah.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin memberikan latihan yang khusus untuk meningkatkan kemampuan passing, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul "Pengaruh latihan *Passing Bervariasi* terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli siswa SMA NEGERI PLANDAAN JOMBANG".

## B. Batasan Masalah

Permasalahan yang terkait dengan latihan passing bawah bola voli dengan metode *variasi berpasangan* dalam berlatih sangat komplek. Oleh sebab itu agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan peneliti, masalah dalam penelitian ini terbatas pada pengaruh Latihan*variasi berpasangan* terhadap kemampuan passing atas dalam permainan bola voli siswa SMA NEGERI PLANDAAN.

## C. Rumusan Masalah

Setelah dirumuskan latar belakang masalah, maka selanjutnya ditetapkan perumusan masalah yang dicari jawabanya dalam penelitian ini. Masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada pengaruh latihan *passing bervariasi* terhadap kemampuan passing bawahpada siswa NEGERI PLANDAAN JOMBANG ?

## D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin dicapai berkaitan dengan rumusan masalah yang diajukan tersebut adalah sebagai berikut :

1. **Tujuan umum**
   Tujuan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan membuat program latihan bola voli yang sesuai dengan usia sekolah menengah atas
2. **Tujuan khusus**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan*passing bervariasi* terhadap kemampuan passing bawah permainan bola voli siswa SMA NEGERI PLANDAAN JOMBANG.

## E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain sebagai berikut :

1. **Khusus**
   a. Penulis sebagai persyaratan untuk mengahiri masa pendidikan pada jenjang pendidikan strata 1 (S1) jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
   b. Penulis untuk mengembangkan dan meningktkan kemampuan mengajar yang baik dan benar dalam kegiatan belajar mengajar,dengan cara meningkatkan profesionalitas sebagai calon guru olahraga. Sehingga dengan demikian dapat meningkatkan prestasi belajar siswa serta dapat mencapai tujuan yang optimal.
2. **Umum**
   a. Bagi guru
      Diharapkan dapat memperoleh informasi yang penting dalam pembinaan terhadap anak didik khususnya di bidangg olahraga bola voli.
   b. Bagi institusi atau lembaga
      1) Sebagai realisasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.
      2) Merupakan sumbangan dalam pembangunan ilmu pengetahuan di bidang kependidikan kepelatihan olahraga.
   c. Bagi pembaca atau masyarakat
      Sebagai informasi kepada masyarakat di bidang olahraga bola voli.