

BAB I

PENDAHULUAN

A Latar Belakang

Permainan bola voli termasuk permainan yang dimainkan secara berkelompok sehingga menjadi sarana yang ideal untuk membelajarkan diri mengembangkan ketajaman cara berkerja sama yang baik, cara mengelola kecerdasan emosi, cara menghormati, dan menghargai teman sendiri dan tim lawan, cara mengasah kompetisi untuk diri sendiri dan kompetisi dengan orang lain dalam satu tim dan juga dengan lawan di mana ini merupakan media membangun karakter pribadi yang berkualitas melalui permainan (Faruq, 2009:6).

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu yang sedang berkembang di Indonesia. Hampir di semua tingkat tempat di mulai dari tingkat perkampungan, di sekolah-sekolah selalu di jumpai lapangan bola voli, ini merupakan suatu media yang bagus prospektif untuk membangun prestasi yang berkualitas. Berbagai pendekatan modifikasi dilakukan untuk bisa memainkan permainan bola voli dengan semangat dan menyenangkan. Ada beberapa teknik dasar

yang harus dikuasai seorang pemain bola. Dalam pembelajaran bola voli, ketika kesiapan untuk belajar telah dibuat melalui sejumlah perangkat seperti yang disarankan maka langkah-langkah spesifik instruksi dapat diperkenalkan. Dasar-dasar fungsional ini harus dikuasai: servis, menerima dan mengumpan, setup, "spike" atau menyerang, block, net recovery, kerja tim, pengetahuan tentang aturan (Frier mood, 2013).

Teknik dasar *Passing* dalam bola voli merupakan salah satu teknik yang sangat penting, karena *passing* merupakan komponen dasar terciptanya permainan. Menurut (Musthofa et al., 2016) menyatakan bahwa *passing* dalam permainan bola voli adalah istilah cara memainkan bola pertama setelah bola berada dalam permainan akibat serangan lawan, *servis* lawan, atau permainan net (*cover spike* dan *cover block*). *Passing* terdiri dari dua, yaitu *passing* atas dan *passing* bawah.

Menurut (Somantri, 2009) berpendapat bahwa *passing* atas merupakan *passing* yang dilakukan oleh seseorang pemain untuk mengoper atau mengumpan bola kepada temannya. Salah satu teknik dasar bola voli adalah *passing*. *passing* atas adalah tehnik bola voli untuk menerima bola dengan kontrol telapak tangan menghadap ke atas lalu lengan diluruskan ke atas dan posisinya berada dibawah bola voli ketika akan melakukan

passing. Hasil observasi tes *passing* atas pada siswa SMA N 15 Surabaya sangat lemah atau banyak kesalahan, dikarenakan efek pandemi dan kegiatan yang dilakukan secara daring yang tidak maksimal sehingga menurunnya fisik dan teknik siswa dalam melakukan gerakan *passing* atas dalam permainan bola voli.+

Setelah saya mengamati dan mendapatkan permasalahan yang dialami oleh siswa SMAN 15 SURABAYA. Permasalahan yang dialami yaitu kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik *passing* atas. Oleh sebab itu peneliti bermaksud untuk memberikan latihan *Medicine Ball 2* kilo gram untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai teknik *passing* atas dalam permainan bolavoli.

Berdasarkan uraian diatas maka, pemberian alat bantu *medicine ball 2* kilo gram ini merupakan salah satu latihan alternative untuk membantu siswa melatih otot lengan yang berperan dalam kemampuan melakukan *passing* atas permainan bola voli. Pemeberian bentuk latihan alat bantu *medicine ball 2* kilo gram ini merupakan salah satu bentuk latihan beban dengan menggunakan beban tubuhnya sendiri. Selain itu, alat bantu *medicine ball 2* kilo gram merupakan gerakan yang relevan dengan *passing* atas, dimana dalam melakukan latihan *medicine ball 2* Kilo Gram kekuatan otot anggotan gerak atas yang terlibat

akan membantu peningkatan kemampuan *Passing* atas permainan bola voli.

B. Batasan masalah.

Agar terhindarnya dari pemahaman yang salah dalam melakukan penelitian ini maka perlu kiranya menentukan pembatasan masalah pada hal-hal yang pokok saja untuk mempertegas sasaran yang akan dicapai, yaitu:

1. Peneliti harus lebih menekankan pada masalah metode latihan kemampuan *passing* atas permainan bola voli ekstrakurikuler pada siswa SMAN 15 SURABAYA
2. Metode latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan adalah menggunakan alat bantu *medicine ball* 2kg dengan tujuan meningkatkan *passing* atas permainan bola voli ekstrakurikuler Pada siswa SMAN 15 SURABAYA

C. Rumusan Masalah

1. Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, pembatasan masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah Ada Pengaruh Pemberian Alat Bantu *Medicine Ball* 2 kilo gram

Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Permainan Bola Voli
Ekstrakurikuler Pada Siswa SMAN 15 SURABAYA.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari pelaksanaan penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh alat bantu *Medicine Ball 2 kilo gram* terhadap kemampuan *passing* atas permainan bola voli ekstrakurikuler Pada siswa SMAN 15 SURABAYA

E. Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian, variabel merupakan unsur yang sangat penting dan merupakan suatu yang menjadi objek pengamatan peneliti. Kehadiran variabel merupakan unsur yang sangat melekat dengan masalah atau hipotesis yang penulis ajukan. pengertian variabel sering diungkapkan sebagai konsep yang mempunyai variasi nilai, sehingga dapat diukur dan dilandasi secara teoritis.

1. Identifikasi Variabel

- a) Variabel Bebas (*independen variable*)

Variabel bebas merupakan variabel yang faktornya diukur, dimanipulasi, atau dipilih oleh penulis untuk menentukan hubungan dengan suatu gejala yang diobservasi. Variabel dari penelitian ini adalah ***Medicine Ball 2 kilo gram***

b) Variabel Terikat (*dependent variable*)

Variabel Terikat Merupakan Variabel Yang Mendapatkan Pengaruh Dari Variabel Bebas. Variabel Dari Penelitian Ini Adalah ***Passing Atas***

1. Definisi Operasional Variabel

Agar variabel – variabel diatas lebih jelas pengertiannya, maka variabel tersebut perlu didefinisikan secara operasional, penyusunan definisi operasional ini perlu karena dapat memudahkan untuk mengambil data nama yang cocok untuk digunakan, sehingga bisa memberikan petunjuk tentang bagaimana suatu variabel dapat diukur. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Passing* atas adalah 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 pemain lawan

2. Latihan adalah suatu proses kegiatan olahraga yang dilakukan secara sadar, sistematis, bertahap dan berulang-ulang, dengan waktu yang relative lama, untuk mencapai tujuan akhir dari suatu penampilan yaitu peningkatan prestasi yang optimal.
3. Bola Voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim,yang masing-masing tim berjumlah 6 orang pemain. Setiap pemain memiliki keterampilan khusus yakni sebagai pemukul, pengumpan dan libero.

F. Manfaat Penelitian.

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat :

1. Penelitian ini dapat menambahkan ilmu pengetahuan siswa dalam bidang olahraga khususnya tentang pengaruh alat bantu *medicine ball* 2 kilo gram terhadap kemampuan *passing* atas permainan bola voli Ekstrakurikuler Pada siswa SMAN 15 SURABAYA.
2. Penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan perbandingan bagi pembaca yang sedang melakukan penelitian.

3. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa, khususnya pelatih diharapkan penelitian ini dapat dijadikan gambaran untuk membuat program latihan sesuai dengan kemampuan atletny

