

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan salah satu bidang yang telah berkembang pesat diseluruh lapisan masyarakat indonesia dan juga di negara-negara lainya di dunia, tanpa membeda bedakan agama, usia, negara maupun aliran politik. Olahraga bukan lagi cuma berfungsi untuk menuju hidup sehat jasmani, tapi sekarang olahraga sudah menjadi salah satu profesi yang menjanjikan dan dapat menjadi mata pencarian bagi seorang olahragawan yang beprestasi.

Salah satu olahraga yang perlu dibina dan ditingkatkan prestasinya adalah olahraga bola voli karena olaharaga bola voli banyak di gemari masyarakat. permainan dilakukan dengan jalan memantulkan bola sebelum bola jatuh ketanah (volleying) (Barbara viera,2000:1). Bola voli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi berbagai kondisi yang mungkin timbul didalamnya, hal tersebut dapat dilihat dari banyak nya klub klub bola voli yang muncul dikalangan masyarakat. Hampir disetiap kecamatan, kabupaten maupun kota ada lapangan bola voli dan pertandingan-pertandingan bolavoli pun sering diadakan, seperti pertandingan antar klub, kota dan

kabupaten. Masing-masing tim pasti menginginkan prestasi terbaik untuk atlet-atletnya.

Permainan bola voli adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang bertujuan untuk menjatuhkan bola voli ke daerah lawan menggunakan tangan. Pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak dan tangguh. Sebelum bermain bola voli harus sangat mengerti dengan teknik dasar karena teknik dasar bola voli merupakan unsur yang sangat menentukan kalah dan menangnya suatu regu dalam permainan bola voli. Oleh sebab itu, agar permainan bola voli ini dapat berjalan optimal maka tiap-tiap pemain harus menguasai terlebih dahulu teknik dasar dalam permainan bola voli serta melakukan latihan yang teratur dan terprogram secara tepat.

Meningkatkan prestasi dalam bidang olahraga membutuhkan kesiapan segala faktor pendukung yang mengarah kepada tercapainya prestasi yang diinginkan. Prestasi yang baik hanya dapat dicapai oleh penguasaan materi olahraga telah dapat ditetapkan dengan baik pula. Banyak cabang olahraga di Indonesia baik pembinaan top organisasi keolahragaan, sekolah dan dikalangan masyarakat umum, antara lain cabang olahraga bola voli. Cabang olahraga bola voli di Indonesia sudah berkembang dengan baik merata ke daerah-daerah.

Pembinaan olahraga bola voli tentunya membutuhkan guru sebagai pelatih yang bisa mengkoordinasikan kegiatan ini, sehingga dapat dilaksanakan dengan baik. Selain itu siswa juga mempunyai peran yang besar agar tercapainya kegiatan ini, karena bila siswa tidak mempunyai minat terhadap cabang olahraga bola voli maka kegiatan ini tidak akan berjalan sesuai dengan semestinya.

Selain itu kurangnya fasilitas (sarana dan prasarana) dalam pembinaan, faktor yang menyebabkan kurangnya siswa yang berkualitas adalah dari manusiannya sendiri. Banyak yang tidak menyadari bahwa untuk menjadi yang besar awalnya harus yang kecil terlebih dahulu. Artinya untuk menjadi pemain bola voli yang mempunyai keterampilan yang baik serta rajin melakukan latihan. Latihan yang diterapkan pada harus menjunjung tinggi kedisiplinan antar sesama pemain dan guru sebagai pelatih akan membuat suasana latihan yang serius. Dengan keseriusan maka materi yang diberikan guru sebagai pelatih akan mudah diterapkan dalam pertandingan nantinya. Selain itu juga latihan harus terjadwal dengan baik dan mempunyai konsekuensi hukuman bagi yang melanggarnya. Itu semua bertujuan agar tim semakin solid dalam permainan.

Dalam permainan bola voli kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain tidak lepas dari faktor-faktor kondisi fisik, dan taktik yang sangat menentukan tingkat permainan suatu tim, dan pasing atas merupakan salah satu teknik dasar bola voli, makin baik tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar bermain tiap-tiap pemainnya dalam memainkan dan menguasai bola, maka makin cepat dan cermat kerjasama kolektif akan tercapai. Dengan demikian tim akan mendapatkan keuntungan secara fisik dan taktik.

Dalam permainan bola voli teknik-teknik dasar sangat diperlukan sekali hal ini bertujuan agar bisa memainkan permainan bola voli dengan baik. Selain itu guru sebagai pelatih juga harus memiliki suatu metode yang dapat meningkatkan keterampilan bola voli dengan program latihan yang baik, dengan adanya program latihan yang baik tentunya sangat berpengaruh sekali dalam meningkatkan keterampilan bermain bola voli.

Bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh 2 regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 pemain. Seorang pemain dikatakan baik bila sipemin, salah satunya menguasai teknik dasar yang benar. Teknik dasar yang baik seorang pemain bola voli akan dapat bermain dengan baik di segala posisinya. Bola voli adalah salah satu olahraga yang tercantum pada jenjang pendidikan

SLTP, SMU bahkan di club-club kota Ende khusus di SMPN Tanadaki. Bola voli juga merupakan olahraga yang paling banyak digemari oleh siswa, hal ini dapat terlihat dengan adanya olahraga bola voli disekolah. Agar dapat berprestasi dengan baik, seorang pemain harus menguasai dasar-dasar bermain bola voli yang baik dan benar akan mampu mewujudkan hasil yang diinginkan. Kemampuan merupakan suatu kebiasaan atau mampu dalam melakukan suatu gerakan, dalam hal ini kemampuan dasar bermain bola voli merupakan sesuatu yang bisa atau dapat dilakukan oleh seorang pemain bola voli dalam melakukan teknik dasar bermain bola voli.

Seorang pemain bola voli harus mengerti dan menguasai teknik-teknik dasar bermain bola voli dengan baik, diantaranya yaitu : teknik passing, teknik service, teknik blocking dan smash ke daerah lawan. Salah satu teknik dasar bolavoli yang sering digunakan yaitu passing atas. Passing atas bola memerlukan suatu teknik dan keterampilan yang baik, sehingga tujuan dan pencapaian dari hasil permainan bola voli itu dapat terwujud. Dengan passing atas yang baik setiap pemain dapat dengan mudah memberikan umpan kepada rekan. Salah satu kemampuan dasar dalam bermain bola voli adalah passing atas. Kemampuan seorang pemain dalam melakukan passing atas merupakan modal awal dalam

meningkatkan prestasi dalam bermain bola voli, dengan segala fungsi dan tujuan dari passing atas dapat melakukan umpan dengan rekan yang lainnya.

Teknik passing atas merupakan teknik dasar dalam bola voli yang sangat penting. Bisa dikatakan jika seseorang tidak bisa melakukan passing, maka orang tersebut tidak akan bisa bermain sebagai pemain bola voli profesional. Passing atas sendiri dapat membantu seseorang yang tidak mempunyai skill individual yang baik, dan teknik passing dapat berguna untuk meningkatkan kerja sama tim karena teknik ini memang memerlukan kerjasama antar pemain. Pada saat melakukan passing atas yang dapat mempengaruhi yaitu tidak tepatnya rekan dalam mengarahkan bola, sehingga rekan yang lainnya tidak dapat melakukan smash dengan tepat, passing atas dalam bola voli adalah untuk mengatur ritme pada suatu pertandingan, tanpa adanya teknik dasar tersebut maka permainan akan terasa tidak sesuai yang telah dirancang pada saat latihan yaitu tidak kuatnya tangan saat melakukan passing atas sehingga pada saat melakukan latihan passing atas bola tidak tepat sasaran.

Untuk menguasai teknik dasar bola voli yang baik dan benar, diperlukan suatu latihan keterampilan yang terencana (terprogram). Belajar keterampilan gerak tidaklah mudah seperti yang dibayangkan, akan tetapi

memerlukan kesabaran serta memperhatikan tahapan-tahapan dalam prosesnya, baik itu dari tingkat yang rendah sampai tingkat latihan yang tinggi atau kompleks. Seperti halnya dalam melakukan passing atas, dalam passing atas didukung oleh seringnya latihan, disamping itu dalam melakukan latihan diperlukan satu latihan variasi yang dianggap cocok dalam meningkatkan kemampuan passing atas dengan baik. Karena banyaknya latihan variasi yang ada, maka dalam tulisan ini membahas satu metode latihan yang sesuai yaitu metode latihan variasi.

Kajian dalam penelitian yaitu kemampuan passing atas terhadap siswa kelas VIII SMP Negeri Tanadaki , dijumpai beberapa permasalahan seperti masih kurangnya keterampilan teknik permainan bola siswa, masih kurangnya kekuatan otot tangan saat passing atas permainan bola voli siswa, masih kurangnya koordinasi gerak saat passing atas bola voli. Belum adanya latihan variasi passing atas saat latihan bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri Tanadaki.

Latihan variasi adalah suatu latihan yang memvariasikan gerakan suatu teknik dasar sehingga dapat membiasakan siswa dalam melakukan suatu teknik dasar dengan kondisi yang berbeda-beda. Latihan ini sangat dibutuhkan agar siswa dapat meningkatkan kemampuan

passing atas bola voli dengan melaksanakan program latihan variasi passing atas.

Beranjak dari permasalahan tersebut maka siswa sebaiknya diberikan latihan yang dapat meningkatkan kemampuan passing atas. Salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan passing atas tersebut adalah variasi latihan, sehingga peneliti tertarik ingin mengadakan suatu kajian dengan judul **“Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Kemampuan Pasing Atas Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri Tanadaki Desa Tinabani Kecamatan Ende.”**

## **B. Batasan Masalah**

Mengingat luasnya cakupan penelitian tentang cabang olahraga bola voli maka penulis melakukan pembatasan sesuai dengan permasalahan pokok penelitian diatas, yakni adakah Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Kemampuan Passing Atas bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri Tinabani?

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang ada maka penulis merumuskan masalahnya Adakah Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Kemampuan Passing atas bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri Tanadaki?

#### **D. Variabel Penelitian**

Setiap peneliti mempunyai objek yang dijadikan sasaran dalam peneliti. Objek tersebut sering disebut sebagai gejala. gejala-gejala yang menunjukkan variasi baik dalam jenisnya maupun tingkatanya disebut variabel'. variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang di tetapkan oleh peneliti untuk di pelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulanya (sugiyono:2013)

Adapun Variabel yang ada dalam penelitian ini antara lain :

- a. Variabel bebas (X) : Variasi Latihan
- b. Variable terikat (Y) : Kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri Tanadaki

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti menetapkan tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Kemampuan Passing atas terhadap permainan bola voli siswa SMP Negeri Tanadaki.

## **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang ditetapkan diatas maka hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk :

1. Sebagai sarana bagi siswa dalam meningkatkan kemampuan passing atas bola voli di SMP Negeri Tanadaki.
2. Sebagai bahan informasi untuk guru sebagai pelatih dalam mengajarkan teknik dasar khususnya passing atas bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri Tanadaki.
3. Sebagai bahan informasi perkembangan permainan bola voli, khususnya dalam penguasaan teknik dasar passing atas bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri Tanadaki.