

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 deengan 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. Dasar-dasar fungsional ini harus dikuasai: *servis*, menerima dan mengumpan, *setup*, "spike" atau menyerang, *block*, *net recovery*, kerja tim, penge-tahuan tentang aturan (Friermood, 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.

Passing bawah harus dikuasai oleh seorang pemain bolavoli. Teknik *passing* bawah dapat digunakan sebagai pertahanan menerima *servis* yang akan menentukan jalannya pertandingan dan menerima *smash* dari lawan dapat pula saat setelah pengambilan *block* atau pantulan bola dari net. Dalam permainan bola voli sering terjadi kesalahan *passing* yang dilakukan oleh pemain kurangnya

konsentrasi, nervous sehingga menerima tidak pas, posisi tangan yang salah, sudut tangan saat menerima yang kurang tepat, kemampuan untuk merasakan bola (*feel the ball*), pengembalian dengan *passing* bawah yang kurang terarah saat menerima bola dari lawan, ketepatan pemberian bola kepada set-upper (tosser) sering meleset sehingga latihan *passing* bawah sangat diperlukan untuk pondasi kuat tim bolavoli agar dapat mengarahkan bola kepada teman dengan tepat untuk membangun serangan awal dengan baik perlu dilakukan latihan *passing* bawah dengan sungguh-sungguh.

Menurut Muhyi M. dkk, (2008 : 20) *Passing* bawah merupakan teknik dasar bola voli. Teknik ini digunakan untuk menerima *servis*, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang memantul dari net. *Passing* bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bola voli. Keberhasilan penyerangan tergantung dari baik buruknya *passing* bawah. Apabila bola yang dioperkan jelek, maka pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang baik untuk para penyerang. Latihan *passing* yang lain dilakukan dengan cara perorangan yakni memantulkan bola ke tembok yang dikenal dengan *wall bounce*. Cara mempraktikkan Teknik tersebut dilakukan dengan posisi siap berdiri di depan tembok yang sudah diberi garis terendah dan garis tertinggi sehingga nantinya pembelajar *passing* dapat memberikan hasil pantulan bola dari lengan dan dari tembok yang dilakukan secara berulang-ulang.

Hasil observasi tes *passing* bawah pada siswa SMA Dr. Soetomo sangat lemah dan banyak kesalahan, dikarenakan kurangnya konsentrasi, nervous dan kurangnya latihan yang tepat sehingga menurunnya fisik dan teknik siswa dalam melakukan gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Setelah saya mengamati dan mendapatkan permasalahan yang dialami oleh siswa putra SMA Dr. Soetomo, maka permasalahan yang dialami ialah kurangnya kemampuan dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Kurangnya kemampuan dalam melakukan *passing* bawah dalam permainan bola voli sangat mempengaruhi pencapaian prestasi pada siswa putra SMA Dr.

Soetomo. Oleh sebab itu peneliti bermaksud untuk memberikan latihan *wall bounce* untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Berdasarkan uraian diatas maka, pemberian latihan *wall bounce* ini merupakan salah satu latihan alternative untuk membantu siswa melatih otot lengan yang berperan dalam kemampuan melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Pemberian bentuk latihan latihan *wall bounce* ini merupakan salah satu bentuk latihan beban dengan menggunakan beban tubuhnya sendiri. Selain itu, latihan *wall bounce* merupakan gerakan yang relevan dengan *passing* bawah dimana dalam melakukan latihan *wall bounce* kekuatan otot anggota gerak atas yang terlibat akan membantu peningkatan kemampuan *Passing* bawah 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* bawah permainan bola voli putra ekstrakurikuler pada siswa SMA Dr. Soetomo
2. Metode latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan adalah menggunakan latihan *wall bounce* dengan tujuan meningkatkan *passing* bawah permainan bola voli putra ekstrakurikuler Pada siswa SMA Dr. Soetomo

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, pembatasan masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah Ada Pengaruh Latihan *wall bounce* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Putra Ekstrakurikuler Pada Siswa SMA Dr. Soetomo

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari pelaksanaan penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh latihan *wall bounce* terhadap kemampuan

passing bawah permainan bola voli putra ekstrakurikuler
 Pada siswa SMA Dr. Soetomo

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 ***wall bounce***

b) Variabel Terikat (*dependent variable*)

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

2. 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* bawah 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

1. Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat: Penelitian ini dapat menambahkan ilmu pengetahuan siswa dalam bidang olahraga khususnya tentang pengaruh latihan *wall bounce* terhadap kemampuan *passing* bawah permainan bola voli Putra Ekstrakurikuler Pada siswa SMA Dr. Soetomo
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 atletnya.