

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bola voli merupakan permainan olahraga yang telah ditemukan oleh William G. Morgan pada tanggal 9 Februari 1895 di Holyoke Massachusetts (Amerika Serikat). Pada awal penemuannya William G. Morgan memberinya nama Mintonette. Morgan juga menjelaskan jika permainan bola voli bisa dimainkan di dalam ruangan atau gedung olahraga dan juga bisa dimainkan di luar. Sedangkan sasaran dari permainan ini adalah untuk mempertahankan bola agar tidak jatuh di lapangan pemain dan tetap bergerak melewati net atau jaring.

Cabang olahraga bola voli merupakan cabang olahraga yang memasyarakat di Indonesia dan di luar Negeri. Karena bisa dimainkan dengan alat dan perlengkapan yang sederhana, menyenangkan dan dapat dilakukan oleh semua kalangan atau semua umur. Bola voli merupakan cabang olahraga yang dapat dijadikan sebagai olahraga rekreasi yang positif dalam mengisi waktu luang. Permainan bola voli bertujuan untuk mencapai prestasi dan ada pula yang bertujuan untuk pembelajaran di sekolah untuk mencapai tujuan pembelajaran. Cabang olahraga bola voli secara umum diajarkan di sekolah-sekolah yang ada di Indonesia. Hal tersebut yang mendorong begitu cepatnya pertumbuhan dan perkembangan bola voli di Indonesia dan dikalangan para pelajar. Cabang olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang populer di lingkungan para pelajar, disamping cabang olahraga sepak bola dan cabang olahraga basket. Permainan bola voli lebih cepat berkembangnya karena olahraga ini bisa dimainkan dengan banyak orang, tidak kontak dengan lawan dan mudah untuk dipelajari, sehingga orang-orang lebih condong untuk belajar dan berlatih bersama-sama.

Menurut Bonnie Robinson, 1989: 12 (dalam Anggraini et al., 2016) Permainan bola voli merupakan bentuk permainan yang dilakukan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain yang dibagi menjadi 6 pemain inti dan 6 pemain yang lainnya sebagai pemain cadangan. Dalam permainan bola voli setiap regu yang

berlawanan dibatasi oleh net dan kedua regu tersebut saling berhadapan di dalam lapangan bola voli. Bentuk lapangan bola voli yaitu persegi empat yang mempunyai lebar 900 cm dan mempunyai panjang 800 cm dengan dibatasi oleh garis sebesar 5 cm. Di tengah lapangan dipisahkan oleh jaring yang mempunyai lebar 900 cm, dengan tinggi untuk anak laki-laki yaitu 240 cm dan tinggi jaring untuk perempuan mempunyai tinggi lebih rendah yaitu 230 cm.

Dalam permainan bola voli para pemain harus bisa menguasai beberapa teknik dasar bola voli seperti passing bola, service, smash dan block agar permainan bola voli berjalan dengan efektif. Menurut Agus Kristiyanto, 2010:76 (dalam Iskandar, 2017) mengungkapkan bahwa siapapun yang akan bermain harus menguasai teknik dasar bermain meliputi: (1) service, (2) passing atas dan passing bawah, (3) spike atau smash, (4) block atau bendungan. Diantara beberapa teknik dalam permainan bola voli, teknik yang paling penting yaitu teknik dasar passing karena teknik ini sebagai modal penting dalam permainan bola voli. Apalagi passing bawah sangat berperan penting dalam permainan bola voli, passing bawah digunakan untuk menerima smash dari lawan. Passing juga sangat bermanfaat untuk menerima bola liar yang tidak terkendali seperti bola smash atau bola service. Passing merupakan awal dari serangan pertama karena digunakan untuk menerima service. Melakukan latihan gerakan passing bawah secara bervariasi untuk melakukan antisipasi terhadap gerakan bola yang sangat sulit untuk dijangkau dan berguna pada saat menerima serangan dari lawan. Maka dari itu teknik passing akan diberikan pertama kali pada saat pembelajaran atau pelatihan olahraga bola voli. Menurut Ahmadi, 2007 (dalam Anggraini et al., 2016) Agar semua teknik dalam permainan bola voli dapat dikuasai dengan baik, dibutuhkan latihan-latihan yang *continue* dan teratur khususnya latihan teknik dasar sesuai dengan program latihan yang dirancang dan yang telah disusun oleh pelatih permainan bola voli.

Nuril Ahmadi, 2007:22 (dalam Anggraini et al., 2016) mengatakan bahwa passing adalah upaya pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu, untuk mengoperkan bola

kepada teman satu timnya untuk dimainkan dilapangan sendiri. Sedangkan menurut Indra Kasih, 2012:15 (dalam PainonB, 2014) menyatakan bahwa passing adalah mengoper bola kepada teman satu tim sendiri dengan menggunakan teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada musuh. Gerakan passing pada bola voli ada dua macam yaitu passing bawah dan passing atas. Passing bawah yaitu memainkan bola dengan menggunakan kedua tanagn, sedangkan passing atas memainkan bola dengan jari-jari tangan terbuka dan kedua tangan membentuk mangkuk. Teknis permainan dalam bola voli yaitu setiap regu harus melakukan pukulan pertama yang dilakukan dari garis belakang lapangan bola voli, dalam permaiaann bola voli setiap regu hanya boleh memainkan bola didalam lapangan sendiri sebanyak 3 kali sentuhan saja dan setiap pemain tidak boleh melakukan sentuhan secara 2 kali berturut-turut.

Menurut Hebert, 2014 (dalam Sujarwo, 2020) Pemain bola voli juga harus memiliki teknik defense yang baik. Konsep teknik defense atau dig dalam permainan bola voli yaitu digunakan untuk menahan bola serangan dari musuh agar tidak menyentuh lantai. Teknik dalam melakukan defense yaitu kemampuan pemain bola voli yang mampu membaca arah datangnya bola spike dari lawan, dengan berusaha menghadap arah lurus ke arah sudut spike lawan, usahakan saat mengambil posisi bertahan posisi badan serendah mungkin apabila spike lawan mengarah sangat tajam kita masih bisa melakukan defense. Keberanian dan kepercayaan diri pemain harus sangat besar saat melakukan defense, jika pemain tidak memiliki kepercayaan dirian dan keberanian yang lebih pasti pemain itu tidak bisa menahan melakukan defense dengan baik. Jenis teknik dalam melakukan defense dalam bola voli diantaranya; *Drive, Roll, Collapse move, And overhand Dig.*

Saat melakukan pelatihan defense itu mungkin tugas yang sangat berat bagi pelatih, karena pelatih harus melakukan spike yang sangat keras bervariasi seperti pada saat lawan melakukan spike dalam pertandingan dan juga melakukan serangan secara bervariasi layaknya dalam pertandingan bola voli. Pelatih harus memiliki control spike dalam melakukan drill defense agar

mendapatkan hasil yang bagus, demikian juga pemain harus memiliki kemampuan control bola dari spike dan penempatan posisi yang bagus (Sujarwo, 2020). Menurut Mustaqim, 2016 (dalam Sujarwo, 2020) Maka biasanya jika tidak dibantu dengan alat yang berteknologi tinggi dalam latihan pelatih harus mencari cara latihan yang lain atau variasi untuk melatih defense passing bawah bola voli. Dalam hal ini drill pasaing bawah bisa diberikan dalam latihan defense passing bawah karena disitu terdapat variasi gerkana passing bawah dilempar secara tidak searah dan memberikan spike keras. Seluruh pemain dalam tim bola voli seharusnya memiliki defense yang bagus, sebab tidak selalu libero yang mengambil serangan dari lawan jadi semua pemain harus dilatih melakukan defense, sehingga saat melakukan pertandingan satu tim pemain bola voli bisa menguasai medan pertandingan dan mampu bekerja sama dengan baik. Sangat perlu dilatih defense pada setiap posisi pemain dengan tujuan penguasaa daerah bertahan dan penguasaan bola.

Menurut pendapat Ngatiyono, 2004:23 (dalam PainonB, 2014) menyatakan variasi secara lekikal, variasi diartikan sebagai dari pada yang biasa, yaitu perbedaan menvariasikan berarti mengubah-ubah bentuk supaya lain dari yang ada atau biasa. Slameto, 2010:47 (dalam PainonB, 2014) menyimpulkan bahwa dalam mengadakan variasi dalam proses pembelajaran dapat di artikan sebagai proses perubahan gaya mengajar guru yang bersifat personal, penggunaan media, dan bahan-bahan intruksional, serta pola-pola intereaksi guru dengan siswa dalam pembelajaran. Variasi ini dimaksud untuk menghilangkan kebosanan terhadap olahraga bola voli saat proses pembelajaran berlangsung dengan begitu siswa akan lebih termotivasi dan berpartisipasi dalam setiap kegiatan pembelajaran.

Bentuk pelatihan yang dianggap baik untuk meningkatkan kemampuan pemain bola voli yaitu dengan menggunakan variasi latihan drill. Menurut Ma'mum dan Subroto, 2001: 7 (dalam Aini, 2014) pendekatan drill adalah cara belajar yang lebih menekankan komponen-komponen teknik. Berdasarkan pengertian metode drill tersebut disimpulkan bahwa, metode drill merupakan metode pembelajaran yang menekankan

pada penguasaan teknik yang dalam pelaksanaannya dilakukan secara berulang-ulang. Menurut Nana Sudjana, 2002 (dalam Iskandar, 2017) Drill adalah salah satu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan latihan agar memiliki ketangkasan dan keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang sudah dipelajari. Metode drill adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang dengan bersungguh-sungguh dengan tujuan untuk memperkuat atau menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi lebih baik. Dengan menggunakan drill maka pemain bola voli dapat melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan yang sudah diinstruksikan sebelumnya dan melakukan secara berulang-ulang, dimana intensitas pemain bergerak jauh lebih banyak dan semakin meningkat, dan diharapkan akan mampu mengarahkan dan membentuk kemampuan dasar pemain dalam bergerak. Selain itu juga dapat mendisiplinkan pemain dan mengotomatiskan gerakan pemain. Dan secara menyeluruh dapat meningkatkan prestasi satu tim tersebut. Oleh karena itu saat menggunakan variasi latihan drill perlu menyusun latihan dengan baik agar pemain terlibat aktif, sehingga akan diperoleh hasil latihan yang optimal.

Atas pertimbangan yang berdasarkan uraian di atas maka saya melakukan sebuah penelitian untuk meneliti tentang Hubungan Variasi Drill Passing Bawah Terhadap Upaya Meningkatkan Hasil Latihan Defense Passing Bawah Bola Voli terhadap hasil latihan bola voli oleh pemain bola voli yang memiliki kemampuan yang berbeda.

B. Batasan masalah

Untuk memfokuskan penulis dalam melakukan penelitian maka penulis membatasi masalah pada skripsi ini yaitu sebagai berikut:

1. Hasil latihan *defense passing* bawah.
2. Kemampuan passing bawah tingkat tinggi dan rendah.

C. Rumusan masalah

1. Adakah pengaruh latihan variasi *drill passing* bawah terhadap kemampuan *defense passing* bawah bola voli?

D. Tujuan penelitian

Adapun tujuan peneliti melaksanakan penelitian ini, antara lain:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *drill passing* bawah terhadap kemampuan *defense passing* bawah bola voli.

E. Variabel Penelitian

1. Dependent : Variasi *Drill Pasing* Bawah
2. Independent : Hasil Latihan Bawah Bola Voli

F. Manfaat penelitian

Hasil dari penelitian yang dilaksanakan di club bola voli dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Bagi pemain, dapat meningkatkan motivasi belajar pemain agar pemain menjadi lebih aktif dalam mengikuti latihan, sehingga dapat meningkatkan pencapaian hasil latihan pemain.
2. Bagi pelatih, dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam melatih serta memotivasi pelatih untuk lebih kreatif dan inovatif dalam mengajar sehingga dapat menjadi pelatih yang profesional dan mampu menghasilkan pemain yang berkualitas.
3. Bagi Peneliti, dapat menambah pengetahuan dan pengalaman di lapangan. Dan memotivasi peneliti untuk meningkatkan kualitas dalam mengajar.