

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Salah satu cabang olahraga permainan yang paling disukai dan digemari masyarakat Indonesia adalah permainan bola voli. Hal ini terbukti dengan adanya klub bola voli baik dikampung, desa, kecamatan maupun kota-kota besar, bahkan sering pula kita saksikan even-even pertandingan bola voli yang diselenggarakan baik tingkat regional, nasional, maupun internasional.

Bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim yang terdiri dari 6 pemain. Setiap pemain memiliki skill khusus yaitu sebagai striker, setter dan libero. Tujuan utama dalam permainan ini adalah memukul bola ke lapangan lawan sedemikian rupa sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola tersebut. Menurut Subroto (2010, hlm. 36) “Permainan bola voli adalah permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan ataulengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran- ukuran tertentu”. Menurut FIVB (2016:9) menjelaskan bahwa

Bola voli adalah salah satu olahraga kompetitif dan rekreasi yang paling sukses dan populer di dunia. Ini cepat, menarik dan aksinya eksplosif. Namun bola voli terdiri dari beberapa yang penting elemen yang tumpang tindih yang interaksi gratisnya menjadikannya unik di antara *game* reli.

Dalam permainan bola voli, setiap pemain harus memahami beberapa peraturan yang ada pada permainan bola voli diantaranya yaitu (1) Setiap tim terdiri dari 6 pemain, (2) Sistem perhitungan angka pada pertandingan bola voli menggunakan rally point, maksimal 25 point, (3) Setiap pertandingan dimainkan sebanyak 3 babak, (4) Setiap tim hanya dapat memainkan bola sebanyak 3 kali, (5) Setiap tim hanya boleh meminta 1 kali time out pada setiap babak, (6) Waktu time out yang diberikan oleh wasit hanya 1 menit. Menurut Bachtiar (2007, hlm. 17)

Permainan bola voli akan berlangsung jika ada peraturan- peraturan yang mengatur baik mengenai bola, net, perlengkapan dan lapangan yang dipergunakan, cara memainkan bola oleh pemain, wasit dan ofisial pertandingan yang membantu, sehingga permainan dapat berjalan dengan lancar.

Teknik dasar merupakan hal yang paling penting dalam suatu cabang olahraga bolavoli, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik. Keberhasilan melakukan teknik dasar akan menentukan

pula keberhasilan dalam melakukan suatu permainan bola voli. Menurut Irwanto, (2017, hlm. 11)

Teknik dasar bolavoli merupakan faktor penting yang harus diperhatikan dalam keterampilan bermain bolavoli, dengan teknik yang baik dan benar akan berdampak pada produktivitas dan efektivitas dalam permainan bola voli.

Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri dari *servis*, *passing*, *smash* dan *block*. Setiap pemain bola voli harus menguasai teknik agar dapat memainkan permainan dengan benar, membantu tim dalam mencetak angka dan untuk membantu pelatih menjalankan strategi dalam permainan. Tanpa menguasai kemampuan dasar atau teknik dasar bermain bola voli, permainan bola voli tidak dapat dimainkan dengan baik. Adapun teknik dasar yang harus diketahui oleh seorang pemain bola voli menurut Warsidi (2010, hlm. 7)

Beberapa teknik dasar bermain bola voli sebagai berikut:

- a. *Service* adalah pukulan bola yang dilakukan di daerah sebelah kanan belakang dari garis belakang lapangan permainan (daerah service) melampaui net ke daerah lawan. Pukulan service dilakukan pada permukaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Pukulan service dapat berupa serangan apabila bola dipukul dengan keras dan terarah.
- b. *Passing* adalah usaha atau upaya seseorang pemain dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk memperoleh bola kepada teman secepatnya untuk dimainkan di lapangan sendiri.
- c. *Spike/smash* adalah bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan untuk serangan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.
- d. *Block* (bendungan) adalah menggagalkan serangan lawan dengan cara membendung merupakan rintangan yang paling efektif. Bendungan merupakan bagian dari pertahanan.

*Smash* memerlukan rangkaian gerakan yang kompleks, sehingga tidak sembarang orang dapat melakukan teknik smash dengan optimal. Gerakan *smash* terdiri dari beberapa rangkaian gerakan, pertama yaitu langkah kaki, tumpuan kaki, melompat dan memukul bola di udara. Keberhasilan seorang pemain bola voli agar dapat melakukan *smash* dengan maksimal dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya adalah postur tubuh atau tinggi badan. Tinggi badan menjadi komponen penting yang dapat mempengaruhi kemampuan *smash* seseorang. Seorang pemain bola voli yang memiliki tinggi badan lebih atau diatas rata-rata, cenderung akan lebih mudah untuk dapat melakukan gerakan *smash*, karena seorang pemain yang

memiliki tinggi badan lebih atau diatas rata-rata akan lebih mudah untuk menjangkau bola di udara.

Tinggi badan adalah jarak dari telapak kaki pada saat berdiri tegak sampai pada ujung kepala pada bagian atas. Tegak adalah berdiri dengan punggung rata sejajar dengan garis lurus. Pandangan mata kearah depan, garis antara titik lubang telinga dengan sudut mata sejajar dengan telapak kaki yang rata menginjak lantai. Menurut Rudiyanto (2012, hlm. 27)

Tinggi badan adalah hasil pengukuran maksimum panjang tulang-tulang secara paralel yang membentuk *axis* tubuh (*the body axis*) yang diukur dari titik tertinggi pada *cranium*, yaitu *vertex* sampai ke titik terendah dari *tuberositas calcaneus* yang di sebut *heel*

Dalam permainan bola voli ini tinggi badan sangat memberikan kontribusi yang sangat besar terutama dalam melakukan *smash* dan *block*, dimana orang yang tinggi dapat dengan mudah dalam melakukan *smash* serta mencari lapangan kosong yang tidak terjaga oleh tim lawan, sehingga dengan melakukan satu kali *smash* bola dapat langsung mati dan menyentuh lantai dan bola tidak dapat dimainkan lagi, begitu juga *block* ketika pemain mempunyai badan yang tinggi akan mudah menjangkau bola yang berada diatas net dan menghalangi tim lawan yang akan melakukan *smash*.

Untuk menunjang performa pemain bola voli dibutuhkan kondisi fisik yang prima. Komponen kondisi fisik ini merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan satu dengan lainnya. ada beberapa komponen kondisi fisik menurut Sajoto (1990, hlm. 16) “kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), kelincahan (*agility*), kordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), dan reaksi (*reaction*). Koordinasi berhubungan erat dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas. Koordinasi penting dalam menunjang keterampilan teknik-teknik dalam permainan bola voli. Koordinasi (*coordination*), adalah kemampuan seseorang untuk secara efisien melakukan beberapa gerakan yang berbeda menjadi satu pola gerakan. Seorang pemain bola voli dikatakan mempunyai koordinasi baik apabila mempunyai kemampuan fleksibilitas sehingga mampu bergerak dengan mudah dalam melakukan rangkaian gerakan, iramanya terkontrol dengan baik, serta mampu melakukan gerakan yang efisien. Menurut Iskandar (2014, hlm. 149)

Koordinasi meliputi kelincahan, keseimbangan dan persepsi kinestetik. Kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelenturan, persepsi kinestetik, ritme mempengaruhi dan mengkoordinasikan gerakan secara bersama-sama, sehingga saling berkaitan erat.

Koordinasi merupakan kemampuan biomotorik seseorang agar mampu melakukan urutan gerakan dengan baik, benar dan akurat tanpa mengalami kesulitan. Jika dihubungkan dengan mata dan tangan, mata adalah salah satu panca indera yang dimiliki oleh manusia, yang berfungsi untuk menerima rangsangan dari sekeliling mengenai objek yang bergerak maupun objek yang tidak bergerak, dengan demikian mata merupakan panca indera yang sangat vital dalam membantu menggerakkan anggota tubuh lainnya dalam melakukan aktivitas dan tangan adalah bagian tubuh yang dirancang untuk menggenggam agar gerakan yang dilakukan tepat dan berfungsi sebagai sentuhan atau rabaan. Koordinasi mata-tangan menggunakan mata untuk perhatian langsung kemana arah bola yang dikirimkan setter dan tangan untuk melakukan *smash*. Dengan demikian tingkat koordinasi seorang pemain akan berhubungan dengan baik buruknya *smash* yang dihasilkan. Dengan koordinasi mata-tangan yang baik maka pemain akan melakukan *smash* dengan baik pula.

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang bertujuan untuk mengumpulkan 25 poin setiap babakannya. Perolehan poin dalam bola voli biasanya didapat jika salah satu tim berhasil melakukan serangan, yang diawali dari *libero* menerima *service* kemudian dipassing kesetter dan diumpangkan kepenyerang. Selain dengan melakukan serangan, perolehan point juga bisa didapat apabila salah satu pemain lawan melakukan pelanggaran dengan menyentuh net. Berdasarkan sistem perolehan point dalam permainan bola voli, maka teknik yang paling berperan dalam permainan bola voli adalah teknik *smash*. Dalam permainan bola voli, *smash* dikatakan sebagai pukulan serangan yang sulit untuk diterima karena bola hasil dari pukulan *smash* melaju dengan kuat dan cepat. Menurut Winarno, et.al (2013, hlm. 116)

Smash adalah suatu pukulan yang kuat dimana tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, apabila pukulan bola lebih tinggi berada di atas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah.

Teknik dasar *smash* merupakan teknik dasar yang sangat disukai oleh pemain atau atlet bola voli, karena teknik inilah yang sangat memiliki seni dalam permainan bola voli, di mana seorang pemain bola voli harus mampu melewati bola di atas net, dengan loncatan setinggi mungkin untuk dapat melewati blok dan masuk ke sasaran daerah pertahanan lawan. Berdasarkan jenis umpan yang diberikan menurut Pratama (2020, hlm. 487) “*Smash* dibedakan menjadi 4, antara lain: *open smash*, *semi smash*, *quick smash*, dan *back attack smash*”. Untuk melakukan teknik *smash*, pemain harus menguasai beberapa tahapan yaitu : awalan (dalam melakukan langkah awalan salah satu kaki berada dibelakang kaki terkuat seorang pemain), tolakan atau tumpuan (kaki pemain menekuk hingga lutut membentuk sudut sekitar 110 derajat, dengan salah satu kaki terletak lebih kedepan sebagai tumpuan untuk meloncat), pukulan (pukul bola secepat dan setinggi mungkin dengan wilayah perkenaan bola berada ditelapak tangan), mendarat (mendaratnya kedua kaki harus sama dengan titik melakukan tolakan untuk meloncat saat melakukan pukulan *smash*).

Penguasaan teknik dasar *smash* dalam permainan bola voli sangat penting, karena dengan *smash* yang baik akan dapat menabuh poin atau angka dalam suatu tim serta dapat menentukan kemenangan dalam pertandingan, dan sebaliknya kegagalan dalam melakukan *smash* akan memberikan poin dan kesempatan bagi lawan untuk melakukan serangan balasan. Menurut Beutelstahl (2005, hlm. 23) “Jika ingin memenangkan permainan dalam bola voli, pemain harus menguasai teknik *smash* yang sempurna”. Oleh karena itu setiap pemain dalam satu team harus benar-benar menguasai *smash* dengan baik, karena *smash* merupakan serangan utama.

Observasi sebelum penelitian pada pemain klub bola voli SMK Al-Huda penulis melihat adanya sebuah permasalahan yaitu keterampilan *smash* pada setiap pemain sangat bervariasi ada persamaan dan perbedaannya. Persamaan dan perbedaan tersebut terlihat dari penguasaan teknik *smash*, baik dari akurasi maupun secara teknik. Hal tersebut terjadi karena adanya faktor penunjang yang dapat mempengaruhinya. Dari setiap individu kualitasnya sama atau berbeda. Demikian pula tinggi badan pemain juga bervariasi ada yang tinggi dan ada yang di bawah rata-rata ketinggian. Namun, yang sangat menarik adalah fakta bahwa ada pemain yang tinggi badannya di bawah rata-rata, tetapi keterampilan mematahkannya

bagus. Hal tersebut dimungkinkan karena pemain tersebut memiliki koordinasi mata dan tangan yang baik sebagai dukungan pada saat melakukan smash. Sebaliknya ada pemain yang koordinasi mata-tangannya dibawah rata-rata, tetapi kemampuan smasnya bagus. Hal tersebut dimungkinkan karena pemain tersebut memiliki postur badan yang tinggi baik sebagai dukungan saat melakukan smash.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dikemukakan, untuk meningkatkan kemampuan smash yang tepat dan efektif tentu membutuhkan tinggi badan dan koordinasi mata dan tangan yang baik. Sehingga penulis ingin mengkaji lebih dalam mengenai “HUBUNGAN TINGGI BADAN, KOORDINASI MATA DAN TANGAN DENGAN KETERAMPILAN SMASH PADA PEMAIN BOLA VOLI PUTRI SMK AL-HUDA.”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, masalah penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Teknik pukulan *smash* pemain klub bola voli SMK Al-Huda Sariwangi masih kurang yaitu pada saat perkenaan bola dengan telapak tangan.
2. Penempatan bola saat melakukan smash pemain klub bola voli SMK Al-Huda masih rendah.
3. Kurangnya tinggi badan pemain untuk menjangkau bola di udara saat melakukan smash.
4. Belum diketahui hubungan tinggi badan, koordinasi mata dan tangan dengan keterampilan smash pada pemain bola voli putri Smk Al-Huda Sariwangi.

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan masalah yang muncul dalam penelitian, maka perlu dibatasi pembatasan masalah dalam penelitian yaitu hubungan tinggi badan, koordinasi mata dan tangan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, batasan masalah di atas, yang menjadi masalah dalam penelitian ini antara lain:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan tangan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan tinggi badan, koordinasi mata dan tangan secara bersama-sama dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi?

#### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah, batasan masalah dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini antara lain:

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi.
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara koordinasi mata dan tangan dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi.
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara tinggi badan, koordinasi mata dan tangan secara bersama-sama dengan keterampilan *smash* pada pemain bola voli putri SMK Al-Huda Sariwangi.

#### 1.6 Manfaat Penelitian

Dalam semua penelitian sudah barang tentu hasil penelitian tersebut ingin memberikan manfaat bagi kehidupan manusia, apabila penelitian ini terbukti berarti pada taraf signifikan yang telah di tentukan oleh peneliti, maka yang diharapkan dapat memperoleh manfaat, khususnya bagi peneliti umumnya bagi semua pihak yang memerlukan penelitian ini.

a. Manfaat Teoritis

Dapat dijadikan acuan bahan ajar dan informasi, untuk pelatih dalam pembahasan mengenai tinggi badan, koordinasi mata dan tangan saat melakukan smash secara tepat pada atlet klub bola voli Smk Al-Huda Sariwangi.

b. Manfaat Praktis

- a. Dapat dijadikan sebagai informasi oleh pelatih ataupun pembina olahraga yang nantinya bertugas membimbing, mengarahkan dan membina atlet yang berbakat untuk memperoleh prestasi yang maksimal dalam waktu sesingkat-singkatnya.
- b. Dapat dijadikan sebagai informasi oleh pelatih dilingkungan klub bola voli dalam memberikan pelatihan teknik smash bola voli.
- c. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang “Hubungan Tinggi Badan, Koordinasi Mata dan Tangan dengan Keterampilan Smash pada Pemain Bola Voli SMK Al-Huda Sariwangi”.