

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Olahraga adalah olah gerak badan yang melibatkan otot besar dan dilakukan secara teratur dan terencana dengan tujuan untuk menguatkan dan menyehatkan organ-organ tubuh. Salah satunya adalah olahraga permainan bola voli.

Bola voli adalah suatu bentuk olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu, dimana setiap regu berusaha memantulkan/memvoli bola dengan tangan atau lengan sebanyak tiga kali sentuhan secara bergantian dan berusaha melewati bola ke atas net, ke daerah lawan serta berusaha mematakannya untuk mendapatkan poin/skor. Seperti yang di jelaskan oleh Muhajir (2003:16) menjelaskan bahwa: “Bola voli adalah suatu cabang olahraga berbentuk memvoli bola di udara bolak-balik di atas jarring/net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan”.

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik merupakan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli agar dapat bermain bola voli dengan baik. Menurut Dieter Beutelstahl (1986:9) bahwa teknik-teknik dasar permainan bola voli tersebut meliputi: “(1) servis, (2) pass bawah, (3) pass atas, (4) smash/spike, (5) blok, dan (6) pertahanan”. Sedangkan untuk dapat berprestasi selain diperlukan penguasaan teknik, taktik, fisik yang prima, juga diperlukan kemampuan mental yang bagus. Dalam permainan bola voli ada dua masalah penting yang harus dikuasai oleh seorang atlet. Kosasih (1985:109) menjelaskan bahwa: “Yang perlu dikuasai oleh seorang atlet dalam permainan bola voli adalah: (1) Teknik penguasaan bola, dan (2) Teknik permainan.”

Kedua teknik tersebut mempunyai hubungan yang sangat erat dalam menciptakan suasana permainan yang baik dan akan memberikan hasil atau prestasi yang baik pula.

Untuk mencapai suatu prestasi yang maksimal yang di inginkan ada beberapa persyaratan yang harus dikuasai oleh atlet. Suharno (1982:2)

menjelaskan bahwa: “Untuk mencapai prestasi yang maksimal atlet harus mempunyai beberapa persyaratan yaitu: (1) Kesehatan tubuh, (2) Bentuk tubuh, (3) Kondisi fisik, (4) Penguasaan teknik, (5) Penguasaan taktik, dan (6) Memiliki kejiwaan dan kepribadian yang baik”.

Hal ini juga senada dengan pendapat Harsono (1988:100) yang menjelaskan bahwa: “Ada beberapa aspek yang perlu dikuasai dan dilatih secara seksama oleh atlet yaitu: (1) Latihan fisik (*physical training*), (2) Latihan teknik (*technical training*), (3) Latihan taktik (*tactical training*), (4) Latihan mental (*psychological training*).”

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa banyak sekali persyaratan yang harus dimiliki oleh seorang atlet untuk dapat bermain bola voli dengan baik apalagi untuk dapat berprestasi. Dengan memiliki persyaratan-persyaratan tersebut atlet dapat bertanding dengan baik. Salah satu dari persyaratan tersebut yang paling mendasar adalah penguasaan teknik dan kemampuan fisik.

Diantara teknik permainan bola voli, nampaknya teknik serangan dari atas net (jaring) cukup sulit untuk dikuasai oleh pemain, terutama jika teknik serangan itu dilakukan dengan spike. Kesulitan utama untuk melakukan spike bola voli adalah tingginya jaring yang melebihi jangkauan lengan para pemain yang relative memiliki postur tubuh yang jauh lebih pendek dari tinggi jaring tersebut, sehingga bola yang seharusnya dipukul dari atas jaring tidak dapat dipukul secara maksimal. Namun demikian hal tersebut bukan suatu masalah besar jika kondisi fisiknya baik.

Komponen-komponen kondisi fisik yang mendukung pencapaian gerak dalam olahraga adalah kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*muscular power*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), keseimbangan (*balance*), koordinasi (*coordination*), kelincahan (*agility*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*). Sedangkan komponen-komponen kondisi fisik yang mendukung keterampilan spike adalah power otot lengan dan otot tungkai.

Dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa kondisi fisik seperti power otot lengan, dan otot tungkai merupakan kondisi fisik yang memegang peranan

penting dalam olahraga bola voli khususnya dalam melakukan spike, karena dapat memperoleh pukulan spike yang keras dan tajam.

Oleh sebab itu spike pada permainan bola voli adalah salah satu teknik bermain yang sangat menentukan dalam permainan bola voli. Spike dalam permainan bola voli dipergunakan ketika mengadakan penyerangan. Pukulan yang dilakukan pada penyerangan dengan teknik ini melibatkan berbagai kemampuan tubuh karena sasarannya adalah kecepatan dan ketepatan bola hasil spike untuk memperoleh kemenangan.

Berdasarkan paparan di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap atlet-atlet bola voli yang tergabung dalam club bola voli PASUNDAN yang berada di Kota Bandung mengenai kebenaran apakah hubungan antara power otot lengan dengan otot tungkai dapat mempengaruhi terhadap hasil spike semi. Alasan penulis memilih club tersebut karena mayoritas atletnya laki-laki semua dan club tersebut sudah terkenal dan main di tingkat Nasional, atlet tersebut memiliki power otot lengan dan otot tungkai yang kuat sehingga dapat menghasilkan teknik spike yang baik. Dengan itu penulis membuat judul penelitian ini adalah: **“Hubungan antara power otot lengan dan otot tungkai dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli (Studi Deskriptif Pada Atlet Bola Voli Club PASUNDAN Bandung)”**.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka masalah penelitian yang akan dikemukakan oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara power otot lengan dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli club PASUNDAN?
2. Apakah terdapat hubungan antara otot tungkai dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli club PASUNDAN?
3. Apakah terdapat hubungan antara power otot lengan dan otot tungkai dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli club PASUNDAN?

### C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui hubungan fungsional antara power otot lengan dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli club PASUNDAN.
2. Mengetahui hubungan fungsional antara otot tungkai dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli club PASUNDAN.
3. Mengetahui hubungan fungsional antara power otot lengan dan otot tungkai dengan hasil spike semi pada cabang olahraga bola voli club PASUNDAN.

### D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu:

1. Secara teoritis

Dapat memberikan informasi kepada para pelatih khususnya para pelatih bola voli atau pembina olahraga sebagai salah satu pertimbangan dalam menyusun program latihan dalam upaya meningkatkan kemampuan para atletnya.

2. Secara praktis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai paduan atau pedoman oleh pelatih bola voli dan Pembina olahraga dalam pencarian bibit-bibit atlet berprestasi.

3. Secara khusus

Penelitian ini bertujuan sebagai pengaflikasian penulis dalam menerapkan ilmu baik yang berupa teoritis maupun praktik selama mengikuti perkuliahan.

### E. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **BAB I PENDAHULUAN**

- a. Latar Belakang Penelitian
- b. Rumusan Masalah Penelitian
- c. Tujuan Penelitian
- d. Manfaat Penelitian
- e. Struktur Organisasi Skripsi

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA, PENELITIAN TERDAHULU YANG RELEVAN, DAN HIPOTESIS**

- a. Kajian Pustaka
- b. Penelitian Terdahulu yang Relevan
- c. Hipotesis

## **BAB III METODE PENELITIAN**

- a. Desain Penelitian
- b. Partisipan
- c. Populasi dan Sampel
- d. Instrumen Penelitian
- e. Prosedur Penelitian
- f. Analisis Data

## **BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN**

- a. Temuan Penelitian
- b. Pembahasan Temuan

## **BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

- a. Simpulan
- b. Rekomendasi

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**