

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang di dalamnya terdapat permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal. Hal ini sejalan dengan Kosasih (1993, hlm. 3) menyebutkan bahwa “Kegiatan olahraga juga bisa membuat tubuh menjadi lebih sehat dan bugar baik secara jasmani maupun secara rohani”. Olahraga adalah salah satu kebutuhan manusia dengan berbagai cara dan manusia melakukan olahraga dengan berbagai tujuan, seperti yang dikemukakan oleh Sajoto (1995, hlm 1) ada empat dasar tujuan manusia berolahraga diantaranya:

Pertama, mereka yang melakukan kegiatan olahraga hanya untuk rekreasi. Yang kedua, mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan. Yang ketiga, mereka yang melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Yang keempat, mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai sasaran suatu prestasi tertentu.

Uraian di atas menjelaskan berbagai tujuan dan sasaran olahraga, salah satunya mengenai pembinaan prestasi, agar olahraga di Indonesia tidak hanya sekedar untuk kesegaran jasmani, rekreasi, namun olahraga juga dapat meningkatkan persatuan dan kesatuan bangsa Indonesia melalui event-event, baik itu di tingkat Nasional maupun Internasional. Berkaitan dengan hal itu, untuk mencapai prestasi yang baik dalam olahraga adalah dengan melalui pembinaan atlet yang merata di setiap daerah di Indonesia. Hal ini di tujukan untuk memudahkan dalam pencarian atlet-atlet berpotensi di setiap daerah, sehingga atlet bisa dibina di tingkat pusat dengan tujuan meraih prestasi maksimal demi kebanggaan bangsa dan daerah tempat atlet berasal.

Salah satu cabang olahraga prestasi adalah permainan bola voli. Permainan bolavoli pada hakekatnya adalah suatu permainan beregu yang sistem permainannya satu regu melawan satu regu di dalam satu lapangan yang terbagi menjadi dua area lapangan dan dipisahkan oleh jaring

atau net. Sesuai yang di kemukakan oleh Subroto, dkk. (2014, hlm. 36) bahwa:

permainan bola voli pada awal ide dasarnya adalah permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu

Dalam permainan bola voli ada pula prinsip dan peraturan yang harus di ketahui oleh setiap pemain. yang di kemukakan oleh Subroto, dkk . (2014, hlm. 36) bahwa ”peraturan dasar yang di gunakan adalah bola harus di pantulkan oleh tangan, lengan, atau bagian depan badan dan anggota badan”.

Dalam permainan bola voli terdiri dari 6 orang pemain inti yang memiliki posisi dan peran yang berbeda yaitu, 1 orang *tosser*, 4 orang *spiker* dan 1 orang libero. Selain itu, ada pula 6 orang pemain yang menjadi pemain cadangan. Posisi dan peran pemain tersebut membantu untuk memaksimalkan hasil dari setiap pertandingan.

Pemain yang berperan sebagai *Tosser* adalah seorang pengumpan yang memberikan bola kepada *spiker* untuk melakukan suatu hasil pukulan atau *lob*. Menurut Kautsar, dkk (2016, hlm.6) “*Tosser* adalah orang yang bertugas untuk mengumpan bola kepada rekan-rekannya dan mengatur jalannya permainan”. Selain itu, tosser juga harus dapat mengatur jalannya permainan dalam waktu yang singkat, sebelum bola jatuh ke lapangan.

Dalam sebuah pertandingan juga di butuhkan seorang *spiker* untuk menyerang dan menjatuhkan bola di lapangan lawan. Menurut Kautsar, dkk (2016, hlm.6) “*Spiker* bertugas untuk memukul bola agar jatuh ke lapangan lawan”. Kebanyakan kejadian di lapangan, poin bertambah di karenakan bola di masukkan oleh *spiker* ke lapangan lawan.

Selanjutnya mengenai libero adalah salah satu yang menjadikan permainan bola voli dikatakan unik. Seorang pemain libero dalam permainan bola voli tidak perlu memiliki kemampuan memukul bola (*smash*) dan membendung (*block*). Kemampuan yang dibutuhkan adalah pandai membaca arah bola yang berasal dari lawan dan mengantisipasi gerak tipu yang

dilakukan oleh lawan. Tugas seorang libero hanya pemain belakang yang melakukan spike tanpa melompat, passing atas dan passing bawah.

Permainan bola voli ini juga memiliki beberapa teknik yang harus dan perlu di kuasai oleh setiap pemainnya, seperti servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, spike, dan blok. Dalam setiap pertandingan kebanyakan pemain menggunakan teknik passing bawah, karena merupakan sebuah awalan untuk melakukan teknik pukulan yang selanjutnya. Menurut Subroto, dkk (2014, hlm.51) “passing bawah adalah cara memainkan bola yang datang lebih rendah dari bahu dengan menggunakan dua pergelangan tangan yang dirapatkan”.

Teknik passing bawah ini juga memiliki tahapan sikap gerak lanjut untuk mendapatkan hasil passing bawah yang baik. Selanjutnya adapula sikap passing bawah menurut Subroto, dkk (2014, hlm. 51) bahwa:

Sikap siap normal yaitu berdiri dengan salah satu kaki di depan, lutut sedikit ditekuk, badan sedikit dibungkukkan, titik berat badan bertumpu pada kedua telapak kaki bagian depan, sehingga posisi badan labil, kedua lengan siap di depan dada dalam posisi rileks.

Untuk menjadi pemain bola voli harus pandai membaca arah bola, bukan hanya harus menguasai teknik dasar passing bawah yang baik saja, tetapi juga dituntut memiliki kondisi fisik yang baik, terutama kekuatan, daya tahan otot, power, agilitas, dan kelentukan. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Harsono (1988, hlm. 204) dalam sebuah tabel yang di deskripsikan bahwa “bola voli membutuhkan kekuatan otot, daya tahan otot, agilitas dan kelentukan, serta power”.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di lapangan pada club bola voli sandira kota Cimahi terdapat beberapa atlet yang peneliti temukan hasil passingnya tidak tepat sasaran atau seringkali salah dan lain sebagainya. Hal ini peneliti kira terdapat dalam masalah kelincahan pemain dan aksi reaksi pemain tersebut kurang bagus. Sehingga mengakibatkan pada kesiapan pemain ketika melakukan gerakan passing tidak sepenuhnya tepat.

Selanjutnya pengamatan dan pemantauan peneliti terhadap klub bola voli Sandira Kota Cimahi. Terlihat pada saat permainan bola voli ditemukan

beberapa pemain yang tidak begitu cepat menggerakkan anggota tubuhnya pada saat penyelamatan bola. Peneliti menduga bahwa yang menjadi masalah atas tidak cepatnya pergerakan anggota tubuh pada pemain adalah kurangnya latihan yang mengandung unsur kelincahan (*agility*) dan aksi reaksi (*quickness*). Sebab, *agility* merupakan kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan. Selain itu, membutuhkan komponen aksi reaksi sebagai sebuah gerakan awal untuk mendapatkan bola dan bersiap untuk melakukan teknik pukulan selanjutnya.

Selanjutnya peneliti hubungkan masalah yang ditemukan itu dengan teori yang mendukung untuk menyelesaikan masalah tersebut. Kita ketahui bersama bahwa sikap passing bawah yang berhubungan dengan bahu, lengan serta tungkai, maka membutuhkan komponen kelincahan dan aksi reaksi untuk menunjang hasil passing bawah dalam setiap penampilannya. Sesuai yang di kemukakan oleh Harsono (1988, hlm. 204) dalam sebuah tabel yang di deskripsikan bahwa “bahu, lengan dan tungkai membutuhkan kekuatan otot, agilitas dan kelentukan, serta power”.

Salah satu bentuk latihan kecepatan yang diperlukan oleh atlet bola voli adalah *Agility* atau kelincahan dan *Quickness* atau gerak aksi reaksi. Kelincahan atau *agility* merupakan kemampuan tubuh mengubah arah dengan waktu yang sesingkat mungkin. Sesuai dengan yang di kemukakan oleh Satriya (2007, hlm.74) “kelincahan merupakan kemampuan tubuh yang asiklis (tidak sejenis) untuk berpindah dari satu titik ke titik yang lain dengan waktu yang sesingkat mungkin”. Hal ini juga disampaikan menurut Satriya (2007, hlm.74) mengenai aksi reaksi adalah:

Aksi reaksi adalah kecepatan gerak yang mencakup waktu dari terjadinya rangsangan (contoh tembakan pistol saat start) sampai saat terjadinya kontraksi otot yang pertama. Selain itu *quickness* juga digambarkan sebagai reaksi cepat dalam sebuah gerakan terhadap sebuah *stimulus*.

Berdasarkan temuan dalam latihan dan permainan terdapat kekeliruan pada penempatan passing bawah atlet bola voli Sandira Cimahi. Kekeliruan adalah mereka tidak bisa menempatkan bola muntah yang tak terduga dengan baik dan tepat pada sasaran yang diinginkan. Terlihat atlet memantulkan bola keluar lapang, bola jatuh, bola tidak terambil dan lain sebagainya. Yang pada intinya bola tersebut tidak berhasil diamankan oleh pemain tersebut.

Maka dari itu berdasarkan uraian dan penjelasan diatas penulis berharap dengan adanya temuan dari latihan kelincahan dan aksi reaksi dapat menghasilkan gerakan passing bawah yang baik. Maka dari itu peneliti mengadakan penelitian yang berjudul “**Hubungan Kelincahan Dan Aksi Reaksi Dengan Hasil Penempatan Passing Bawah Dalam Bola Voli**”.

B. Rumusan masalah

Sebagaimana yang telah diungkapkan dalam latar belakang, maka diperlukan rumusan masalah agar dapat menjelaskan masalah-masalah yang sedang diteliti. Adapun penelitian yang harus diungkapkan antara lain:

1. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kelincahan dengan hasil penempatan passing bawah dalam bola voli?
2. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara aksi reaksi dengan hasil penempatan passing bawah dalam bola voli?

C. Tujuan Penelitian

Penetapan tujuan dalam suatu kegiatan adalah penting sebagai awal untuk kegiatan selanjutnya untuk mencapai tujuan penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi tujuannya sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hasil korelasi yang signifikan antara kelincahan dengan hasil penempatan passing bawah dalam bola voli.
2. Untuk mengetahui hasil korelasi yang signifikan antara aksi reaksi dengan hasil penempatan passing bawah dalam bola voli.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis, yang dipaparkan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan masukan untuk guru, pelatih, siswa, atlet dan Pembina olah raga bola voli, khususnya pada latihan kelincahan dan aksi reaksi terhadap hasil passing bawah dalam permainan bola voli.

2. Manfaat Praktik

- a. Bagi peneliti dengan penelitian ini dapat memperoleh pengetahuan dan wawasan dalam pelatihan olahraga bola voli.
- b. Sebagai bahan masukan bagi para pelatih untuk melatih latihan kelincahan dan aksi reaksi dengan hasil penempatan passing bawah dalam bola voli.
- c. Sebagai masukan informasi bagi atlet bahwa pentingnya latihan latihan kelincahan dan aksi reaksi dengan hasil penempatan passing bawah dalam bola voli.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi dalam penelitian skripsi yang akan peneliti ambil adalah sebagai berikut:

1. Bab I :Pendahuluan yang berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.
2. Bab II : Berisikan tentang landasan teori yang memuat topic atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Landasan teoritis meliputi hal-hal sebagai berikut: konsep-konsep dan teori yang berkaitan, penelitian terdahulu yang relevan dengan bidang yang diteliti.

3. Bab III : Metode Penelitian yang berisikan hal-hal sebagai berikut: desain penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.
4. Bab IV : Bab ini menyampaikan temuan penelitian yang berdasarkan analisis data dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab rumusan masalah yang ada.
5. Bab V : Kesimpulan, Implikasi dan Rekomendasi tentang hasil penelitian.