

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga telah menjadi satu bagian aktivitas manusia, karena bermanfaat bagi orang yang melaksanakannya. Manfaat olahraga antara lain dapat membuat tubuh sehat, kuat, serta menjadi bugar dan bersemangat untuk melakukan kegiatan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Santoso (2010, hlm. 41) bahwa, “Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya.” Setelah memahami arti dari olahraga, selanjutnya olahraga juga memiliki tujuan yaitu untuk memperoleh kesenangan, kesehatan, status sosial, dan juga untuk prestasi olahragawan profesional. Jadi intinya tujuan olahraga adalah meningkatkan derajat sehat dinamis atau sehat dalam gerak. Sesuai dengan ungkapan Santoso (2012, hlm. 18) yaitu, “Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak yang berarti mempertahankan hidup dan meningkatkan kemampuan gerak yang berarti meningkatkan kualitas hidup.” Salah satu bentuk olahraga prestasi adalah permainan olahraga bola voli. Adapun pencapaian suatu prestasi pada cabang olahraga tersebut pada dasarnya merupakan hasil penggabungan dari berbagai aspek atau unsur yang mendukung terwujudnya prestasi

Pencapaian prestasi yang maksimum dalam suatu cabang olahraga banyak faktor yang harus benar-benar dikuasai oleh seorang atlet diantaranya faktor fisik, teknik, taktik, dan mental dalam permainan atau olahraga tersebut dan juga diantaranya para pemainnya. Kosasih (1993, hlm. 135) menjelaskan tentang perlunya faktor di atas sebagai berikut:

Dalam mempertinggi prestasi bola voli, teknik ini erat hubungannya dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu guna dapat mengembangkan suatu prestasi bola voli.

Maksud pendapat tersebut bahwa pemain bola voli dituntut untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan teknik dasar permainan bola voli. Lebih jelas lagi Harsono (1998, hlm. 100) mengemukakan sebagai berikut:

Latihan teknik (*technical training*) adalah latihan yang khusus dimaksudkan guna membentuk dan memperkembangkan kebiasaan-kebiasaan motorik atau memperkembangkan neuromuscular. Kesempurnaan teknik dasar adalah penting oleh karena itu, gerak-gerak dasar setiap cabang olahraga haruslah dilatih dan dikuasai secara sempurna.

Sehingga jelas bahwa kemampuan mengembangkan dan meningkatkan tehnik dasar dalam cabang olahraga prestasi merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh atlet. Adapun yang menjadi fokus permasalahan pada penelitian ini yaitu mengenai peningkatan *passing* bawah melalui media bantu. *Passing* bawah merupakan teknik dasar bola voli yang berfungsi untuk memainkan bola dengan teman seregunya dalam lapang permainan sendiri. *Passing* bawah merupakan teknik dasar yang paling awal diajarkan bagi pemain pemula, *passing* bawah biasanya dipergunakan oleh pemain jika bola datangnya rendah, baik untuk dioperkan kepada teman seregunya maupun untuk dikembalikan ke lapang lawan melewati atas jaring atau net.

Penguasaan *passing* bawah dapat dilatih dengan dengan cara atau metode tertentu. Bentuk latihan *passing* dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain berlatih *passing* dengan cara bola dilambung oleh pelatih, berlatih *passing* dengan cara perpasangan dengan teman, berlatih *passing* dengan cara bola digantungkan atau bisa juga berlatih *passing* dengan alat bantu tembok/dinding .

Maksud dari ungkapan tersebut bahwa salah satu kunci keberhasilan dalam sebuah pertandingan adalah *passing*. Maka dari itu *passing* merupakan komponen utama dalam sebuah teknik permainan bola voli. Adapun untuk meningkatkan kualitas dari keterampilan *passing* dibutuhkan beberapa media, baik media orang atau media benda. Alat bantu atau media adalah sesuatu yang menjadi perantara dengan yang lain seperti yang dikemukakan oleh Arsyad (2003 hlm 3) bahwa, “Alat bantu itu merupakan alat-alat yang digunakan oleh seorang pelatih untuk mempermudah dan membantu mengoptimalkan keterampilan teknik pada atletnya saat proses latihan.” Alat bantu itu selain untuk mengoptimalkan kemampuan juga

Ai Maryamah, 2017

PENGARUH LATIHAN PASSING BAWAH DENGAN DINDING DAN BERPASANGAN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING BAWAH DALAM CABANG OLAHRAGA BOLA VOLI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

berfungsi untuk membangkitkan keinginan seperti yang dikemukakan oleh Hamalik (1990) bahwa :

Media pengajaran yang digunakan sebagai alat bantu dalam proses belajar mengajar berfungsi untuk membangkitkan keinginan dan minat baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar dan bahkan membawa pengaruh psikologi terhadap siswa.

Dalam penelitian ini untuk melatih kemampuan passing bawah penulis menggunakan media latihan menggunakan dinding dan latihan berpasangan dengan teman, seperti yang diungkapkan oleh Beutelstahl (1984 hlm 74) bahwa:

Passing bawah perpasangan adalah untuk menambah kepekaan dan dalam pengendalian bola, sedangkan *passing* bawah menggunakan dinding/tembok untuk menyempurnakan kemampuan mengendalikan bola dan menjaga kestabilan dalam melakukan passing bawah lebih terjaga.

Metode latihan dengan cara perpasangan memberikan nilai positif karena atlet pemula bisa mendapat rangsangan yang nyata dengan cara meniru gerakan pasangannya, passing berpasangan lebih variatif dan menyenangkan karena berkawan. KBBI (1992 hlm 832) mengungkapkan bahwa “berpasangan adalah orang dari dua pihak yang berbeda yang bekerjasama saling membutuhkan atau melengkapi”. Berpasangan yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu dua orang yang berhadapan saling melengkapi dalam melakukan teknik *passing* bawah . Sedangkan untuk latihan passing bawah dengan alat bantu dinding membiasakan anak bergerak aktif, lebih efisien karena dapat melakukan latihan tanpa teman. KBBI (2002 hlm 1166) menjelaskan bahwa: “tembok adalah dinding yang terbuat dari bata atau batako yang berbentuk bidang yang luas”. Tembok sasaran adalah dinding sasaran yang digunakan untuk berlatih.

Berdasarkan paparan diatas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema: “Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Dengan Dinding dan Perpasangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Cabang Olahraga Bola Voli”

B. Permasalahan

Berdasarkan batasan masalah diatas maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh latihan *passing* bawah dengan dinding terhadap kemampuan *passing* bawah pada cabang olahraga bola voli?
2. Apakah terdapat pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah pada cabang olahraga bola voli?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara latihan *passing* bawah dengan dinding dan berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah dalam cabang olahraga bola voli?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah di atas maka tujuan umum dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui dan menguji pengaruh latihan *passing* bawah dengan dinding dan berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah pada cabang olahraga bola voli.

D. Manfaat Penelitian

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

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan kajian dalam pengembangan dan meningkatkan teknik bola voli, khususnya dalam usaha meningkatkan teknik *passing* dengan metode latihan *passing* bawah dengan dinding dan berpasangan terhadap kemampuan *passing* dalam cabang olahraga bola voli.

Ai Maryamah, 2017

PENGARUH LATIHAN PASSING BAWAH DENGAN DINDING DAN BERPASANGAN TERHADAP KEMAMPUAN PASSING BAWAH DALAM CABANG OLAHRAGA BOLA VOLI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Secara Praktis

- a. Bagi atlet sebagai acuan untuk meningkatkan teknik passing dengan menggunakan metode latihan dengan dinding dan berpasangan
- b. Bagi pelatih olahraga bola voli, sebagai alternatif/variasi latihan dalam program latihan untuk meningkatkan teknik passing bawah menggunakan metode latihan dengan dinding dan berpasangan

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.