

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Permainan bola voli menjadi salah satu cabang olahraga permainan yang dikenal oleh seluruh lapisan masyarakat hingga mendunia. Demikian pula di Indonesia, bola voli merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat baik dilingkungan sekolah, instansi pemerintah maupun swasta, perguruan tinggi serta masyarakat umum. Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh 2 regu dan masing-masing regu terdiri dari 6 orang (Astuti et al., 2020. Hlm 37). Permainan ini adalah kontak tidak langsung, sebab masing-masing regu bermain dalam lapangan sendiri dan dibatasi oleh jaring atau net. Prinsip bermain bola voli adalah memainkan bola dengan memukul bola dan berusaha menjatuhkan bola kedalam lapangan permainan lawan dengan menyebrangkan bola lewat atas net atau jaring dan mempertahankannya agar bola tidak jatuh dilapangan sendiri. Setiap regu diperkenankan memainkan atau menyentuh bola tidak lebih dari tiga kali sebelum melewati net selama bola dalam permainan (M. Yunus, 1992, hlm. 27).

Dalam permainan bola voli mempunyai berbagai teknik dasar yang merupakan salah satu unsur dominan untuk menentukan menang kalahnya suatu regu dalam suatu pertandingan. Salah satu teknik dalam permainan bola voli adalah servis. Pada mulanya servis hanya merupakan pukulan pembuka untuk mengawali suatu permainan bola voli dan juga merupakan serangan pertama dalam permainan bola voli. Namun saat ini sesuai dengan kemajuan permainan dan ditinjau dari segi teknik servis dapat diartikan sebagai suatu serangan awal untuk meraih kemenangan (M. Yunus, 1992, hlm. 69). Servis terbagi menjadi beberapa macam salah satunya ialah jumping servis yaitu servis dengan gaya melompat salah satu usaha untuk menghasilkan poin. Jumping servis merupakan serangan seperti smash yang dilakukan pada saat servis dalam permainan bola voli. Jumping servis yang baik adalah jumping servis yang kuat, cepat dan akurat kearah yang dituju (Yulhendra, 2019). Untuk memperoleh jumping servis yang keras dan cepat, selain didukung dengan kemampuan teknik yang baik, juga sangat diperlukan komponen kondisi fisik berupa daya ledak otot tungkai, kelentukan, kekuatan, kecepatan, dan

kordinasi. power tungkai dan power lengan mempunyai hubungan yang cukup dominan dalam melakukan servis terutama jumping servis (Lahinda & Nugroho, 2019).

Keberhasilan dalam melakukan jumping servis perlu dilakukan teknik yang benar dan didukung kondisi fisik yang baik. (Sajoto, 1995, hlm. 8) berpendapat bahwa komponen-komponen fisik yang diharapkan mendukung pencapaian gerak dalam olahraga bola voli yaitu kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya otot (*muscular power*), kecepatan (*speed*), daya lentur (*flexibility*), kelincahan (*agility*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*).

Sepuluh komponen kondisi fisik tersebut merupakan satu kesatuan yang utuh dan tidak bisa dipisahkan. Komponen-komponen fisik tersebut masing-masing memiliki peran yang berbeda, sesuai karakteristik yang dimiliki. Komponen fisik yang dirasa sangat penting yang berkaitan dengan jumping servis adalah unsur *power* otot lengan dan *power* otot tungkai.

Daya ledak (*power*) adalah gabungan antara kekuatan dan kecepatan atau pengerahan daya ledak otot maksimum dengan kecepatan maksimum atau kemampuan otot seseorang untuk melakukan suatu kerja dengan kekuatan maksimal dalam waktu secepat-cepatnya (Dwikusworo, 2010, hlm. 2). Sedangkan menurut (Sajoto, M, 1988, hlm. 58) menerangkan bahwa daya ledak otot atau *Muscular power*, adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kekuatan maksimum, dengan usaha yang dikerahkan dalam waktu sependek-pendeknya. Dalam hal ini dapat dikemukakan bahwa, daya ledak otot atau *power* = kekuatan atau *force* X kecepatan atau *velocity* ( $P = F \times T$ ). Jadi yang dimaksud dengan Daya ledak otot lengan merupakan salah satu faktor sangat penting dan harus diperhatikan dalam permainan bola voli, terutama pada saat melakukan jumping servis, sehingga dengan memiliki daya ledak otot lengan yang baik, akan menghasilkan servis yang keras dan cepat. Sedangkan daya ledak otot tungkai sangat berguna untuk menghasilkan loncatan yang tinggi, dengan loncatan yang tinggi seorang atlet akan mudah untuk memukul bola. Sama halnya dengan pendapat (Ahmadi, 2007, hlm. 20) “Kaitannya dalam pelaksanaan jumping servis,

daya ledak otot tungkai memiliki peran untuk memberikan tenaga sewaktu melakukan loncatan sehingga lengan dapat memukul bola yang sekeras-kerasnya.”

Dari kutipan tersebut jelas bahwa seorang atlet bola voli harus memiliki *power* ketika melakukan loncatan dan juga dalam melakukan pukulan. Salah satu *power* yang dibutuhkan ialah *power* tungkai dan *power* lengan, karena sesuai dengan karakteristiknya seorang pemain bola voli harus melakukan jumping servis dengan loncatan kaki yang tinggi serta dengan pukulan yang keras dan cepat.

Berdasarkan paparan di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap atlet porda Kab. Sukabumi yang berada di jl. Sukamanah kec cisaat mengenai kebenaran apakah *power* tungkai dan *power* lengan memberikan kontribusi terhadap hasil kecepatan jumping servis. Alasan penulis memilih atlet porda kab sukabumi karena kebanyakan atlet porda sukabumi dalam memenangkan pertandingan diperoleh dari hasil jumping servis, hal ini terlihat saat atlet latihan uji tanding maupun atlet sedang bertanding dimana jumping servis atlet porda kab sukabumi selalu menyulitkan pertahanan lawan. Bahwa atlet porda Kabupaten Sukabumi memiliki *power* tungkai dan daya ledak (*power*) otot lengan yang kuat sehingga dapat menghasilkan jumping servis yang keras dan cepat.

Mengacu pada latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti kontribusi *power* tungkai dan *power* lengan terhadap kecepatan hasil jumping servis dalam permainan bola voli.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Suatu penelitian tidak lepas dari suatu permasalahan sehingga perlu adanya penyelesaian permasalahan tersebut diteliti, dianalisis, dan dipecahkan. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis mengajukan rumusan masalah yaitu :

1. Apakah *power* tungkai memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecepatan jumping servis bola voli ?
2. Apakah *power* lengan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecepatan jumping servis bola voli ?
3. Apakah *power* tungkai dan *power* lengan secara bersama sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecepatan jumping servis pada permainan bola voli ?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk :

1. Untuk mengetahui kontribusi *power* tungkai terhadap kecepatan jumping servis dalam permainan bola voli.
2. Untuk mengetahui kontribusi *power* lengan terhadap kecepatan jumping servis dalam permainan bola voli.
3. Untuk mengetahui kontribusi *power* tungkai dan *power* lengan secara bersama sama terhadap jumping kecepatan servis dalam permainan bola voli.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang baik dan dapat berguna dari berbagai aspek yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan acuan seorang atlet untuk mengetahui *power* tungkai dan *power* lengan terhadap kecepatan jumping servis pada atlet bola voli. Dapat dijadikan sumber bacaan dan pengetahuan baru bagi penulis khususnya dan bagi masyarakat umum serta dapat memberikan wawasan bagi perkembangan dalam olahraga bola voli.

2. Manfaat Praktis

Dapat bermanfaat untuk atlet, pelatih, pelaku olahraga dan peneliti yang diharapkan bisa lebih memperhatikan pentingnya *power* tungkai dan *power* lengan untuk seorang atlet dalam melaksanakan jumping servis untuk membantu atlet dalam berkembang dalam segi teknik dan prestasi yang diraih.

### 1.5 Batasan Masalah

Agar masalah yang diselidiki tidak terlampaui luas serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, Maka penelitian ini dibatasi pada masalah “Kontribusi *Power* Tungkai Dan *Power* Lengan Terhadap Kecepatan Jumping Servis Bola Voli Atlet Porda”.

### 1.6 Struktur Organisasi Skripsi

Bab I Pendahuluan. Merupakan bab yang menjelaskan alasan dari pengambilan judul “Kontribusi *Power* Tungkai Dan *Power* Lengan Terhadap

Kecepatan jumping Servis Bola Voli”. Dalam bab ini di tuliskan mengenai keterkaitan *power* tungkai dan *power* lengan dengan hasil kecepatan jumping servis dalam bolavoli. Dengan rumusan masalah diantaranya apakah terdapat kontribusi yang signifikan antara *power* tungkai dan *power* lengan dengan kecepatan jumping servis dalam bola voli, yang nantinya penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk para atlet bola voli tentunya yang suka melakukan jumping servis.

Bab II Kajian Teori. Menjelaskan teori-teori yang terkait dalam penelitian ini secara mendalam. Diantaranya pengertian cabang olahraga bola voli, hakikat jumping servis, kondisi fisik, pengertian *power*, hakikat *power* tungkai, hakikat *power* lengan, *power* tungkai terhadap kecepatan jumping servis, *power* tungkai terhadap kecepatan jumping servis, *power* tungkai dan *power* lengan terhadap jumping servis. Selain itu bab ini juga menjelaskan mengenai penelitian yang relevan, teori yang relevan, kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode Penelitian. Menjelaskan mengenai alur penelitian itu sendiri, yang mana penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dan sampel yang terlibat dalam penelitian ini adalah atlet porda Kab. Sukabumi. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh. Instrumen yang di gunakan diantaranya yaitu tes *vertical jump* mengukur *power* tungkai, tes *medicine ball throw* mengukur *power* lengan, dan tes kecepatan menggunakan *speed radar gun*.

Bab IV Pembahasan. Membahas pembahasan yang di hasilkan oleh penelitian itu sendiri dengan pengolahan data yang telah di lakukan. Yang berisikan jawaban dari rumusan masalah yang telah di tetapkan. Serta menjelaskan langkah-langkah pengolahan data hasil penelitian yang dilakukan.

Bab V Kesimpulan. Membahas tentang kesimpulan, implikasi dan rekomendasi. Kesimpulan yang dijelaskan merupakan hasil dari penelitian dan pengolahan data yang telah dilakukan. Sedangkan implikasi merupakan hal-hal hasil penelitian yang dapat di dimanfaatkan oleh berbagai pihak. Lalu rekomendasi adalah hal yang diajukan oleh peneliti yang dapat dimanfaatkan oleh pihak yang akan meneliti hal serupa agar setiap penelitian lebih baik.