

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli di Indonesia merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat, karena dapat dilakukan oleh anak-anak hingga orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan, serta dapat dimainkan di lapangan terbuka atau lapangan tertutup. Selanjutnya olahraga bola voli tumbuh dan berkembang ke seluruh penjuru dunia sampai Indonesia. Fakta membuktikan bahwa saat ini bola voli menduduki peringkat kedua pada deretan olahraga-olahraga paling digemari, setelah sepak bola. Tak heran bila permainan yang terutama menggunakan tangan ini dimainkan hampir semua kalangan, dari masyarakat pedesaan sampai perkotaan. Bahkan, di banyak sekolah dasar, menengah, hingga perguruan tinggi.

Permainan bola voli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan ini adalah melewati bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Dengan kata lain, tujuan menjatuhkan bola di dalam daerah permainan lawan untuk mendapatkan *point* atau angka kemenangan dalam permainan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan *block*). Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipantulkan oleh *server* melewati atas net ke arah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola keluar atau satu

tim gagal mengembalikan bola secara sempurna. Dalam hal ini, Tarigan (2001: 4) menjelaskan bahwa:

Prinsip bermain bola voli adalah menjaga bola jangan sampai jatuh di lapangan sendiri dan berusaha menjatuhkan bola di lapangan lawan. Peraturan dasar yang digunakan bola harus dipantulkan oleh bagian depan badan dari pinggang ke atas dan bola diseberangkan ke lapangan lawan melalui atas net atau tali.

Dalam permainan bola voli banyak faktor yang harus benar-benar dikuasai oleh seorang atlet diantaranya faktor fisik, teknik, taktik dan mental para pemainnya. Mengenai hal ini Harsono (1988: 100) mengemukakan bahwa: “Ada empat aspek latihan yang perlu di perhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu: latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik dan latihan mental.” Untuk meningkatkan prestasi, seorang pemain harus berlatih secara teratur, terencana, dan berkesinambungan dengan memperhatikan ke empat aspek latihan tersebut.

Pada permainan bola voli setiap pemain harus memiliki keterampilan teknik dasar dan menuntut kerja sama tim dalam bermain. Artinya, keberhasilan seorang pemain akan mempengaruhi kebutuhan tim. Jadi, setiap pemain bola voli dituntut untuk menguasai teknik dasar permainan dengan baik, karena penguasaan kemampuan teknik dari setiap individu sangat mempengaruhi kerjasama tim, sehingga permainan bola voli akan menarik perhatian orang lain yang menyaksikan. Kosasih (1993: 109-118) menjelaskan bahwa: “Teknik penguasaan bola dalam permainan bola voli adalah: 1) *Service* (pukulan pertama), 2) *Pass* bawah dan *pass* atas (cara mengoper bola), 3) *Spike* (pukulan/*smash*) dan 4) *Block* (bendungan).” Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar yang

harus dikuasai pemain dalam bermain bola voli diantaranya; *passing* atas, *passing* bawah, *smash/spike*, *service* dan *block*.

Untuk mempermudah mencapai tujuan dalam permainan bola voli adalah dengan melakukan variasi serangan, baik dari garis serang, garis belakang atau bahkan dari daerah *service*. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk melakukan serangan tersebut adalah dengan teknik dasar *smash/spike*. Teknik *smash/spike* dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal untuk meraih angka/*point*. Menurut Mariyanto dalam situs <http://engkoskosasih.wordpress.com> mengemukakan bahwa:

*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.

Sedangkan Ma'mun dan Subroto (2001: 65) menjelaskan bahwa: "Karakteristik bola *smash (spike)* adalah menukik, tajam dan cepat." Atas dasar pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa pukulan ini sangat mematikan dan merupakan cara yang utama dalam mendapatkan angka/*point* dalam permainan bola voli. Jadi, *smash* merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk menunjang keberhasilan dalam melakukan *smash* ini diperlukan latihan yang sistematis, terarah dan terencana serta penerapan prinsip-prinsip latihan yang benar. Beberapa cara melatih tentang kemampuan teknik *smash* tersebut di antaranya dengan menggunakan penerapan model latihan melalui pendekatan teknis.

Latihan melalui model pendekatan teknis lebih menekankan kepada pembelajaran teknik dari suatu permainan. Dick (1989) yang dikutip oleh Mokodongan (2009: 25) menjelaskan bahwa: “Pendekatan teknis adalah proses kegiatan latihan aktivitas fisik yang dilaksanakan secara bertahap untuk mengkoordinasikan pola-pola gerak dasar menjadi satu kesatuan.” Dari pendapat tersebut, maka pendekatan teknis pada hakekatnya merupakan suatu pendekatan latihan keterampilan teknik dasar permainan yang dilaksanakan melalui bentuk latihan pola-pola gerak dasar terlebih dahulu, yang pada akhirnya ke teknik dasar permainan bola voli yang sebenarnya.

Latihan *smash* dengan menggunakan pendekatan teknis merupakan suatu proses latihan dilakukan secara berulang-ulang dalam berbagai variasi gerak, cara melatih kemampuan teknik *smash* tersebut diantaranya dengan *drill* dan *repetisi*. Mengenai pentingnya aspek teknik untuk dilatih dan dikuasai oleh atlet menurut Harsono (1988: 100) bahwa:

Latihan teknik adalah yang khusus dimaksudkan guna membentuk dan memperkembangkan kebiasaan-kebiasaan atau perkembangan *neuromuscular*, kesempurnaan teknik-teknik dari setiap gerakan adalah penting oleh karena akan menentukan gerak keseluruhan, gerak-gerak dasar setiap bentuk teknik yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga haruslah dilatih dan dikuasai secara sempurna.

Atas dasar pendapat di atas, bahwa seseorang akan dapat lebih mengerti dan memahami apa yang dipelajari dengan melihat, menyaksikan dan lebih jauhnya lagi bila dihayati tentang gerakan teknik-teknik yang diperagakan atau dipraktikkan secara langsung. Maka, penguasaan teknik dasar itu perlu dimiliki oleh tiap pemain atau atlet untuk menunjang taktik saat bermain.

Dalam permainan bola voli semua pemain harus menguasai teknik *smash* dengan kecepatan dan ketepatan yang baik. Untuk dapat menguasai teknik *smash* pemain harus dibina dan dilatih secara spesifik dan terarah sehingga dapat melakukan teknik *smash* dengan baik. Berkaitan dengan hal tersebut, alasan penggunaan model atau bentuk latihan *smash* dengan pendekatan teknis memungkinkan siswa untuk menyadari keterkaitan antara elemen teknik dan peningkatan performa bermain. Pendekatan ini, menekankan pada penempatan kemampuan dan keterampilan teknik dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk melihat relevansi keterampilan teknik pada situasi bermain yang sebenarnya, sehingga diharapkan dalam proses latihan *smash* dengan pendekatan teknis akan terjadi peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan *smash* pada permainan bola voli.

Untuk dapat menguasai teknik *smash* pemain harus dibina dan dilatih secara spesifik dan terarah sehingga dapat melakukan teknik *smash* dengan baik. Selain itu pula diperlukan seorang pelatih yang mengetahui teknik *smash* yang benar dengan pemberian bentuk-bentuk dan pola-pola latihan yang sesuai dengan karakteristik gerak cabang olahraga bola voli baik itu berupa latihan teknik, fisik, taktik maupun mental yang mendukung terhadap kemampuan teknik *smash*. Dari uraian di atas, mengenai permasalahan dalam penelitian ini adalah belum adanya penelitian mengenai pengaruh latihan *smash* dengan menggunakan pendekatan teknis. Hal inilah yang melatarbelakangi penulis untuk melakukan penelitian mengenai “Keterampilan *Smash* dalam Permainan Bola Voli Melalui Latihan Pendekatan Teknis”.

## **B. Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis memfokuskan masalah dalam pertanyaan penelitian adalah apakah latihan *smash* melalui pendekatan teknis memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan *smash* dalam permainan bola voli?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh yang signifikan dari latihan *smash* melalui pendekatan teknis terhadap peningkatan keterampilan *smash* dalam permainan bola voli.

## **D. Manfaat penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan atau manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Secara teoretis dapat dijadikan informasi dan keilmuan bagi pembina, pelatih, dan guru pendidikan jasmani dalam proses latihan mengenai model atau bentuk latihan *smash* dengan menggunakan pendekatan teknis terhadap keterampilan *smash* dalam permainan bola voli.
2. Secara praktis dapat dijadikan pedoman dalam melaksanakan proses pelatihan dan pembelajaran bola voli terutama dalam menyusun perencanaan atau program latihan untuk meningkatkan keterampilan *smash* dalam permainan bola voli dengan menggunakan pendekatan latihan teknis.

## **E. Pembatasan Penelitian**

Agar penelitian ini tidak terlalu luas, peneliti berupaya membuat batasan penelitian sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan teknis.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan *smash* dalam permainan bola voli.
3. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 siswa atlet bola voli pemula yang mengikuti ekstrakurikuler di SMK Negeri 2 Tanjungpandan Belitung. Sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 15 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

#### **F. Penjelasan Istilah**

Untuk menghindari kesalahpahaman penafsiran istilah-istilah dalam penelitian ini, maka penulis menjelaskan istilah-istilah tersebut sebagai berikut:

1. Keterampilan menurut Poerwadarminta (1984: 71) adalah suatu kemampuan teknis dalam berbagai aktivitas. Dalam hal ini, keterampilan yang dimaksud adalah kemampuan atlet bola voli pemula dalam melakukan teknik *smash* dalam permainan bola voli.
2. Latihan menurut Harsono (1988: 100) adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau kerjanya.
3. Latihan teknis adalah proses latihan yang menekankan pada hal-hal teknis dari cabang olahraga yang dipelajari/dilatih.
4. *Smash* menurut Yunus (1992: 108) adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan *smash* ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan loncat yang tinggi.