

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan manusia sehari-hari tidak dapat dipisahkan dari olahraga, baik untuk adu prestasi maupun untuk menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Olahraga mempunyai peranan yang penting dalam kehidupan manusia. Melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani, rohani serta mempunyai kepribadian, disiplin, sportivitas yang tinggi sehingga pada akhirnya akan terbentuk manusia yang berkualitas.

Bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net dan dalam satu tim terdiri dari enam pemain. Terdapat banyak versi pelatihan yang digunakan, dimana pada akhirnya adalah untuk menyebarluaskan kemahiran bermain kepada setiap orang yang meminatinya.

Permainan bolavoli merupakan permainan olahraga beregu yang membutuhkan kerjasama tim dalam sebuah regu. Selain membutuhkan keterlibatan kerjasama antar individu dalam sebuah tim, olahraga bolavoli juga merupakan cabang olahraga yang memiliki unsur gerak yang kompleks. Kompleksitas tersebut diindikasikan dengan terlibatnya beberapa unsur penguasaan keterampilan diantaranya penguasaan keterampilan teknik, keterampilan taktik, keterampilan fisik serta mental.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi tercapainya prestasi dalam olahraga, diantaranya adalah keterampilan teknik. Keterampilan teknik dasar itu sendiri adalah suatu gerakan yang sangat sederhana, mudah dilakukan dan yang mendasari gerak yang selanjutnya serta sebagai faktor penunjang untuk dapat bermain bolavoli dengan baik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa teknik dasar yang baik merupakan modal yang utama dalam menentukan permainan bolavoli dengan kualitas permainan yang baik.

Dalam pencapaian sebuah prestasi yang tinggi dibutuhkan peranan dari beberapa faktor diantaranya faktor eksternal dan internal. Indikator yang dapat diamati dari faktor eksternal adalah dengan keterlibatan yang menyeluruh dari semua aspek dari mulai manajemen organisasi, kepengurusan serta sarana dan prasarana olahraga. Sedangkan beberapa faktor internal yang dapat diamati diantaranya adalah peranan seorang atlet, pelatih dan proses pelatihan itu sendiri.

Keberhasilan suatu permainan bolavoli yang baik pada tingkat kelompok belajar pendidikan jasmani salah satunya didapat melalui proses pembelajaran dengan berbagai perangkat di dalamnya. Salah satu perangkat pembelajaran, di dalamnya terdapat metode atau bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan fisik tubuh. Dalam pengembangannya terdapat beberapa macam bagian dari komponen fisik yang mendukung terhadap keberhasilan dalam penampilan keterampilan teknik pada cabang olahraga. Hal ini menjadi pengamatan penulis secara analisis gerak, dalam melakukan *smash* terlibat beberapa gerakan tubuh diantaranya kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan. Secara fungsi fisiologis, untuk mendapatkan hasil pukulan *smash* yang baik dibutuhkan kondisi fisik yang baik pula, salah satunya adalah kekuatan otot lengan dan pergelangan tangan.

Menurut pengamatan peneliti, permainan bolavoli yang sudah dirancang selalu tidak berjalan mulus, hal ini disebabkan oleh kurangnya tenaga ahli yang membina sehingga pemain belum memahami teknik bermain bolavoli terutama *smash*.

PBV Zebra mempunyai banyak prestasi bahkan sering menjuarai kejuaraan bolavoli tingkat sekawedanan serta paguyuban, bahkan pada tahun 2014 ini menjuarai turnamen bolavoli sekawedanan untuk regu putra. Tapi ada sebagian dari mereka bermain hanya asal bermain saja dan tidak melihat faktor-faktor apa-apa saja yang mempengaruhinya, sehingga bermainnya kurang maksimal.

Berdasarkan latar belakang pemikiran, landasan teori yang sudah dibicarakan sebelumnya maka peneliti mempunyai konsep pemikiran yaitu usaha untuk membentuk peningkatan kondisi fisik dalam keterampilan seseorang tidak mudah, tetapi hal itu bisa terwujud apabila dilaksanakan secara bersama-sama dan seimbang sehingga membentuk suatu permainan yang mantap dan sempurna keterampilan dan kondisi fisik yang dimaksud dalam cabang olahraga bolavoli ini adalah kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan. Dalam permainan bolavoli khususnya dalam melakukan *smash* faktor pergelangan tangan sangat diperlukan, karena sangat memudahkan pemain dalam mengambil posisi yang tepat dan dapat menempatkan bola sesuai sasaran yang diinginkan.

Tinggi lompatan sangat berpengaruh terhadap komponen biomotor yang lain. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash* pada pemain bolavoli PBV Zebra Batang-batang.

B. Identifikasi Dan Batasan Masalah

Untuk membatasi fokus kajian dalam penelitian ini agar tidak mudah disalah pahami, sebab pengaruh kekuatan otot dan tinggi lompatan semakin beragam dan plural. Sesuai dengan konteks kelenturan dan kekuatan yang kian beragam, sehingga membutuhkan analisa yang kohesif dan komprehensif dalam mengartikulasikan pengaruh kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan, pemain dalam mengambil posisi yang tidak tepat sehingga tidak dapat menempatkan bola sesuai sasaran yang diinginkan.

Maka memerlukan analisis anatomi tubuh yang ditopang dari segi olahraga serta memerlukan aspek lain seperti tinjauan analitik terhadap kemampuan seorang pemain bolavoli dalam memahami anatomi tubuhnya.

Untuk lebih jelasnya penelitian ini akan mendalami pola-pola yang mempengaruhi ketangkasan *smash* pemain bolavoli putra tersebut dengan batasan sebagai berikut:

1. Kekuatan otot lengan
2. Tinggi lompatan
3. Kemampuan *smash*
4. Untuk obyek penelitian hanya dibatasi pada pemain putra dengan usia 20-25 tahun saja, sehingga jumlah awal yang 28 orang menjadi 20 orang yang berusia sekitar 20-25 tahun. Berarti yang 8 orang tidak termasuk pada penelitian.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash* pada pemain bolavoli PBV Zebra Batang-batang tahun 2015?
2. Seberapa besar hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash* pada pemain bolavoli PBV Zebra Batang-batang tahun 2015?

D. Tujuan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini penulis mempunyai tujuan yang hendak dicapai yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash* pada pemain bolavoli PBV Zebra Batang-batang tahun 2015
2. Untuk mengetahui besar hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap kemampuan *smash* pada pemain bolavoli PBV Zebra Batang-batang tahun 2015.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan bagi perkembangan olahraga, khususnya dalam permainan bolavoli.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pengamat Olahraga

Penelitian ini bermanfaat sebagai media alternatif dalam menganalisis unsur-unsur yang mempengaruhi kemampuan *smash* dalam permainan bolavoli.

b. Bagi Praktisi Olahraga

Bagi praktisi olahraga penelitian berguna dalam memberikan sebuah kontribusi bagaimana menyikapi sebuah problematika pemain bolavoli, memahami dan menyikapi dinamika yang berkembang dalam diri pemain atau pun dalam tim.

c. Bagi Pelatihan

Bagi pengajaran penelitian ini bermanfaat sebagai media untuk meningkatkan kualitas pelatihan dalam menganalisis sebuah teknik permainan bolavoli.

