

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Bolavoli merupakan salah satu olahraga yang terkenal di dunia. Bolavoli adalah cabang olahraga yang termasuk ke dalam kelompok olahraga permainan bola besar. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, baik pria maupun wanita. Permainan ini merupakan permainan yang membutuhkan kekompakan dalam satu tim dan tingkat kebugaran jasmani yang tinggi. Permainan bolavoli dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan, di atas permukaan lapangan yang dibatasi dengan garis-garis dalam ukuran panjang dan lebar tertentu. Bolavoli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri atas enam pemain dengan menggunakan net, dan bola sebagai alat yang di pukul oleh tangan. Menurut Cholik (2012:5) "Sejarah awal perkembangan permainan dan olahraga bolavoli berasal dari penemuan salah satu instruktur Pendidikan Jasmani di Amerika Serikat. Permainan bolavoli kali pertama ditemukan oleh William G Morgan pada 1895, pada saat itu permainan itu dinamakan Mintonette, tepatnya di *Holyoke Masschussets* Amerika Serikat". Karya dari beliau berupa permainan bolavoli yang diawali dengan menaikkan net tennis lapangan, pada akhirnya kita kenal dan kita mainkan sampai sekarang serta dipertandingan dalam berbagai ajang nasional bahkan internasional.

Sebelum seorang pemain bolavoli menguasai teknik dasar dalam permainan bolavoli, yang sangat perlu diperhatikan terlebih dahulu adalah kondisi fisik, karena permainan bolavoli sangat memerlukan energi dan fisik. Menurut Sajoto (1988 : 58) mengatakan bahwa,"kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu

saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya”. Artinya bahwa dalam usaha pengembangan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan, yang mana macam-macam kondisi fisik itu sendiri ada sepuluh macam, yaitu: Kekuatan, Daya Tahan, Daya Ledak, Kecepatan, Klenturan Kelincahan, Koordinasi, Keseimbangan, Ketepatan, dan Reaksi.

Walaupun di sana-sini dilakukan dengan sistem prioritas sesuai keadaan atau status tiap komponen itu, dan untuk keperluan apa atau status yang dibutuhkan tersebut. Oleh karena itu pembinaan dalam olahraga bolavoli perlu mendapat perhatian yang khusus disekolah maupun klub-klub bolavoli yang ada.

Dalam permainan bolavoli ada beberapa unsur teknik yang harus dikuasai oleh para pemain atau atlit bolavoli, seperti *servis*, *pasing*, *stuper*, *smash*, dan *block*. Namun dari semua tehnik tersebut, ada salah satu teknik harus dikuasai secara benar oleh setiap calon pebolavoli adalah *smash*. Menguasai cara dan teknik *smash* dengan benar merupakan modal penting untuk dapat bermain bolavoli dengan baik. Oleh karena itu, apabila teknik *smash* telah salah dari awal belajar, maka berkemungkinan akan sulit untuk dapat meningkatkan kualitas permainan.

Pada dasarnya saat bermain bolavoli ada beberapa jenis tehnik *smash*, sehingga seseorang pemain perlu mengetahui dan mempraktikannya, beberapa jenis *smash*. Cholik (2012:40) mengatakan. Jenis pertama berupa pukulan smes dengan umpanan bola pendek di atas net atau dengan istilah pukulan cepat (*quick smash*). pukulan cepat membutuhkan *timing* yang cukup baik karena smes dilakukan dalam tempo yang sangat cepat, sehingga kadang penghadang (*blocker*) mengalami kewalahan atau kecolongan, bola lolos dari hadangan para *bocker* . Pukulan smes dengan umpanan sedang di atas net (*semi smash*), bola berada diatas

net dengan jarak ketinggian setengah sampai satu meter. Pelaksanaan smes dengan umpanan bola seperti tersebut pada umumnya ada *kombinasi variasi* pemukul dua atau tiga pemukul. Selanjutnya adalah pukulan smes dengan umpanan bola panjang (*long smash*), pemain mengambil awalan yang agak panjang, dan hasil pukulan pada umumnya keras dan tajam. Walaupun ada penghadang bola hasil pukulan dari umpan panjang dapat dihadang dengan baik, pada umumnya lepas dari hadangan atau menyentuh tangan penghadang kemudian bola terpental keluar lapangan. Untuk smes umpanan panjang memerlukan *timing* yang bagus karena tinggi umpanan dengan pengambilan awalan harus tepat, sehingga pada jenis umpanan tersebut memerlukan banyak latihan. Maka yang perlu diperhatikan dalam melakukan semua jenis *smash* ialah sikap persiapan, posisi, serta kondisi fisik tangan dan kaki pada saat akan melakukan *smash* serta posisi tangan saat perkenaan dengan bola yang dilanjutkan dengan gerak lanjutan (*Follow Trough*) setelah perkenaan dengan bola.

Sehubungan dengan penelitian yang akan peneliti bahas berdasarkan realita yang terjadi di lapangan, peneliti menemukan suatu penurunan akan prestasi pada klub bolavoli PBV Brawijaya sumenep, khususnya pada pemain putranya. Menurut informasi dari penggemar, fans, dan pemain pada klub tersebut, dulunya PBV Brawijaya sering kali menjuarai turnamen bolavoli, namun belakangan ini prestasi PBV Brawijaya, khususnya pada tim putra menurun. Setelah peneliti amati pada sebuah pertandingan yang mana saat itu PBV Brawijaya kalah pada salah satu tim, peneliti melihat kekalahan pemain pada saat melakukan *smash*, sering kali *smash* pemain putra PBV Brawijaya tidak menghasilkan poin, namun *smash* lawan sering mudah jatuh di daerah pertahanan PBV Brawijaya, setelah peneliti amati lebih dalam saat kedua tim melakukan *smash*, pemain lawan

dapat meloncat lebih tinggi dibandingkan pemain putra PBV Brawijaya, dan pukulannya lebih keras dan terarah ke daerah yang kosong. Kemungkinan kekalahan pada loncatan berhubungan dengan daya ledak otot tungkai dan kekuatan pukulan dengan kekuatan otot lengan menjadi faktor kelemahan pemain putra PBV Brawijaya dalam melakukan smes.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas peneliti ingin mengadakan penelitian tentang bolavoli yang berjudul Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Keterampilan *Smash* Bolavoli Pada Pemain Putra PBV Brawijaya.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan kajian realita yang telah dipaparkan pada bagian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Pemain bolavoli PBV Brawijaya memiliki kelemahan dan kekurangan pada daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* dalam permainan bolavoli.
2. Belum diketahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* pada pemain putra PBV Brawijaya.
3. Belum pernah diadakan penelitian tentang hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* pada pemain PBV Brawijaya.

C. Pembatasan masalah

Berdasarkan pada identifikasi di atas, maka masalah–masalah yang perlu diteliti adalah yang ada Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Keterampilan *Smash* Bolavoli Pada Pemain Putra PBV Brawijaya. Oleh karena itu variabel–varibel yang memiliki daya guna, di dalam penelitian perlu batasan–batasan yang jelas dan menghindari kekeliruan–kekeliruan dalam memahami penulisan ini, jadi dengan demikian pengadaan batasan masalah berarti membatasi penafsiran dalam penelitian ini dan mengadakan perumusan yang dapat digunakan sebagai pedoman kerja bagi peneliti. Menurut Hadi (1998:68) Hadi dalam bukunya yang berjudul Metode research jilid I mengenai batasan masalah menyebutkan bahwa : “Sekali suatu pokok persoalan telah ditetapkan maka langkah berikutnya adalah membatasi luasnya dan memberikan informasi terhadap pokok permasalahan itu. Bagi penyelidik sendiri penegasan batasan ini akan menjadi kerja dan bagi orang lain pada siapa laporan itu hendak diajukan, penegasan selalu berfungsi mencegah kemungkinan timbulnya kericuhan pengertian dan keharusan wilayah persoalan. Adapun batasan tersebut adalah :

1. Daya ledak tungkai dan kekuatan otot lengan dengan keterampilan *smash* bolavoli.
2. Subjek pada penelitian ini adalah pemain putra PBV Brawijaya Sumenep.
3. Teknik *smash* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *smash* dengan jenis umpanan bola panjang (*long smash*).

D. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang di atas, maka dapat diajukan suatu rumusan masalah yaitu :

1. Adakah hubungan daya ledak otot tungkai dengan keterampilan *smash* bolavoli pada pemain putra PBV Brawijaya ?
2. Adakah hubungan kekuatan otot lengan dengan keterampilan *smash* bolavoli pada pemain putra PBV Brawijaya ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Menurut Sugiyono (2007:01) "Hubungan antara daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* PBV Brawijaya Sumenep

Dari uraian latar belakang dan permasalahan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan keterampilan *smash* dalam permainan bolavoli.
2. Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan *smash* dalam permainan bolavoli.

F. Manfaat penelitian

Secara umum manfaat penelitian ini adalah agar hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan informasi yang berarti terhadap kemampuan dan keahlian pemain terutama saat ajang kemampuan antar pemain bolavoli.

Manfaat praktis yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi pemain

- a. Sebagai bahan informasi sekaligus tolak ukur antar pemain guna mengetahui mengembangkan dan perkembangan kualitas pemain bolavoli.
- b. Memberikan informasi tentang hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* bolavoli pada pemain putra PBV Brawijaya.

2. Bagi pelatih

- a. Sebagai dasar ilmu yang bisa memberikan sedikit tambahan ilmu di bidang kepelatihan khususnya bolavoli.
- b. Dari hasil penelitian diharapkan dapat memperjelas informasi mengenai hubungan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* dalam permainan bolavoli.
- c. Sebagai panduan untuk memperbaiki pelatihan cabang olahraga bolavoli.
- d. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ilmu pelatihan, khususnya cabang olahraga bolavoli

3. Bagi peneliti
 - a. Sebagai pengalaman dibidang penelitian yang objektif dalam ilmu keolahragaan khususnya bolavoli.
 - b. Bagi penulis, penelitian ini dapat menambah wawasan, pengalaman dan pengetahuan baru.
 - c. Sebagai bahan pertimbangan apabila mengadakan penelitian yang serupa.
 - d. Sebagai dasar penelitian di masa yang akan datang.

