

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini telah mempengaruhi kehidupan diseluruh kalangan masyarakat, termasuk dunia pendidikan adalah tujuan manusia dan usaha sadar yang berkaitan dengan atlet, pendidik, interaksi pendidikan, lingkungan dan prasarana pendidikan.

Cabang olahraga yang sangat disukai di sekolah dan masyarakat adalah bolavoli. Permainan ini dapat dijadikan sebagai sarana pendidikan karena dapat mendidik semua nilai-nilai pendidikan yang jujur, sportif, bertanggung jawab dan dapat diajarkan. Karena itulah bolavoli ditawarkan di lingkungan sekolah, dan bolavoli dimainkan juga ditingkat perguruan tinggi, SMA/SMKN, SMP, SD.

Bolavoli juga merupakan salah satu olahraga yang sangat berkembang di masyarakat luas, baik di *club*, perkantoran, di desa dan juga disekolah. Bolavoli membutuhkan kelengkapan permainan yang sederhana dan merupakan kebahagiaan bagi pemain. Bolavoli dapat dimainkan baik di masyarakat perkotaan maupun pedesaan, dari orang tua maupun anak-anak. Olahraga ini begitu digemari sehingga diharapkan akan bermunculan para atlet khususnya bibit bolavoli.

Bolavoli adalah olahraga beregu, jadi pemain dituntut untuk bekerja sama untuk saling membantu dan menjadi tim yang kompak dan kuat. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar permainan bolavoli individu sangat

penting bagi pemain bolavoli. Jika melakukan latihan yang terstruktur dan terprogram dengan benar, anda dapat menguasai kesempurnaan dalam menguasai teknik dasar. Variasi latihan yang tepat dapat mengurangi kesalahan pemain. Dalam bolavoli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Misalnya *servis (first hit)* memiliki *servis* bawah dan *servis* atas, dan *passing* (mengoper bola) memiliki *passing* atas dan *passing* bawah, dan *smash* (menyerang). Ada berbagai jenis. *Smash*, yaitu *smash open*, *smash* cepat, *smash* panjang, *block* (memblokir bola). Penguasaan teknik dasar bola voli merupakan faktor yang utama yang harus diajarkan kepada siswa agar mampu bermain dengan baik. Bolavoli merupakan olahraga permainan yang memerlukan koordinasi gerakan yang baik untuk melakukan keterampilan dasar yang ada dalam permainan bolavoli.

Permainan bolavoli dapat diselenggarakan di sekolah berupa ekstrakurikuler maupun dalam *club* untuk mewadahi para atlet yang memiliki bakat luar biasa dan potensi dalam bermain bolavoli. Pada saat kegiatan tersebut para atlet berkesempatan untuk berlatih teknik dasar dalam permainan bolavoli. Kegiatan tersebut diselenggarakan sebagai salah satu penunjang dalam pengembangan potensi bermain bolavoli dari setiap atlet.

Klub bolavoli sangat berperan penting dalam memajukan dan menumbuhkan kedisiplinan teknik dasar bolavoli. Pada *club* terdapat pelatih sebagai tutor maupun fasilitator dalam latihan. Pelatih harus mampu memberikan teknik, model dan metode yang variatif, inovatif serta interaktif

bagi atlet. Dengan adanya variasi latihan diharapkan para atlet akan mendapatkan pembinaan dan latihan yang optimal. Variasi latihan juga dapat mengurangi kebosanan para atlet, didalam latihan sering terjadi karena pelatih kurang bervariasi dalam sebuah program latihan yang diberikan setiap pertemuannya.

Pembinaan dan latihan yang diberikan dalam materi mungkin tidak seimbang antara keterampilan teknik dasar yang dimainkan dalam latihan pengkondisian. Oleh karena itu, untuk memilih dan mengembangkan metode pelatihan yang baik, perlu diterapkan metode pelatihan yang efektif dan efisien. Peran pelatih meliputi perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan penilaian kegiatan. Selain itu, pelatih perlu mengetahui kekuatan dan kelemahan atlet. Kekuatan dan kelemahan inilah yang menjadi fokus pelatih ketika menyusun program latihan berbasis kebutuhan untuk mencapai hasil yang maksimal.

Berdasarkan wawancara di lapangan yang dilakukan peneliti kepada pelatih *club*, diketahui bahwa para atlet yang ingin bergabung di *club* untuk mengikuti pembinaan dan pelatihan tidak ada penyaringan bakat dan potensi dari atlet, siapapun dapat bergabung di *club* ini dengan bakat dan potensi yang berbeda-beda. Jadi selama pelatihan, ada perbedaan tingkat keterampilan antara orang satu dan orang lainnya. Salah satu masalah yang terjadi di *club* ini adalah sebagian besar dari para atlet kurang menguasai kemampuan *passing* bawah bolavoli diantaranya kurang tepatnya posisi atlet saat menerima bola, gerak atlet yang kurang lincah, dan ketepatan atlet dalam

melakukan *passing*. Guna menambah kemampuan *passing* bawah bolavoli pelatih harus mampu memberikan program latihan yang bervariasi dan inovatif. Berdasarkan permasalahan tersebut pelatih dapat mengembangkan metode latihan dan pengembangan alat bantu untuk *passing* bawah.

Berdasarkan data di lapangan, latihan *passing* bawah selama ini masih dengan menggunakan alat yang seadanya dan pelatih membantu proses latihan dengan cara melemparkan bola secara manual. Selain itu, latihan *passing* masih dilakukan dengan cara berpasangan. Belum adanya alat bantu yang digunakan pelatih saat melakukan latihan *passing* bawah. Peneliti tertarik untuk mengembangkan model latihan dan penggunaan alat bantu untuk latihan. Program latihan yang diasumsikan untuk menambah kemampuan *passing* bawah yaitu adalah metode *drill* yang diinginkan supaya para atlet dapat meningkatkan keterampilan gerakannya, baik itu keterampilan pada gerak menyeluruh maupun keterampilan pada gerak dasarnya.

Susunan latihan *drill* adalah pengulangan gerak yang dilakukan terus-menerus, diharapkan akan membentuk sikap dasar dalam bergerak melakukan *passing* bawah yang lincah. Kelebihan dan kekurangan dari metode *drill* yaitu: 1) Latihan *drill* bersifat otomatis, dan dalam kondisi tertentu untuk mengulangi gerakan- gerakan yang perlu dilakukan. 2) Atlet di fokuskan pada pergerakan dan ketepatan menerima bola. 3) Perlu dilakukan koreksi setiap saat selama latihan. 4) latihan *drill* juga perlu transisi dari situasi latihan ke permainan.

Peneliti dalam penelitian dan pengembangan ini mengaplikasikan penggunaan metode latihan *drill* dengan penggunaan alat bantu mesin pelontar. Diketahui bahwa dalam proses latihan pelatih belum menggunakan alat peraga untuk meningkatkan *passing* bawah para atlet. Sehingga perlu upaya peningkatan alat bantu latihan *passing* bawah bolavoli. Alat pelontar ini diharapkan dapat meningkatkan ketepatan pelatih melakukan *drill* serangan, selain itu supaya pelatih tidak melatih secara manual lagi dan dapat meningkatkan ketepatan *passing* bawah para atlet. Dengan penggunaan alat peraga dalam latihan, peneliti berharap alat ini juga dapat meningkatkan konsentrasi serta semangat latihan para atlet.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti terkesan akan membuat penelitian tentang pengembangan alat bantu latihan *passing* bawah pada permainan bolavoli dengan menggunakan alat peraga berupa mesin pelontar bolavoli untuk memperkirakan kemampuan gerak dan ketepatan atlet dalam melakukan *passing* bawah pada permainan bolavoli.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis dapat mengidentifikasi masalah tentang kurangnya metode latihan yang diterapkan dalam latihan, masih rendahnya ketepatan pelatih dalam melakukan *drill* serangan kepada atlet, dan kurangnya sarana dan prasarana latihan bolavoli sehingga berdampak pada proses latihan *passing* bawah.

### C. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis membatasi masalah tentang pengembangan metode *drill* berupa mesin pelontar pada permainan bolavoli, pengembangan alat bantu *drill* digunakan untuk latihan *passing* bawah, dan subjek penelitian adalah atlet *club* bolavoli.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana prosedur pengembangan dan hasil pengembangan alat bantu *drill* untuk melatih *passing* bawah bolavoli.

### E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang diharapkan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan prosedur pengembangan dan hasil pengembangan alat bantu *drill* untuk melatih *passing* bawah bolavoli.

### F. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan

Alat bantu *drill* pada pengembangan ini berupa mesin pelontar. Mesin ini melontarkan bola yang digunakan sebagai pengganti pelatih dalam melakukan *drill* bola kepada atlet dengan tujuan agar bola yang diberikan tepat sasaran. Selain itu, dengan penggunaan mesin pelontar ini menambah variasi latihan kepada atlet.

Alat bantu yang dibuat oleh peneliti memiliki tinggi 2 meter. Pada alat pelontar ini memiliki spesifikasi, yaitu:

1. 4 (empat) roda amplas dan dua kumparan dinamo digunakan untuk melontarkan bola kearah yang dituju.
2. Besi kotak 2/3 dan 3/4 sebagai rangka mesin pelontar.
3. Keranjang bola berbahan besi ukuran 1/2 yang digunakan sebagai penempatan bola sebelum dilontarkan.
4. 4 (empat) roda mesin digunakan untuk mempermudah memindahkan mesin pelontar.

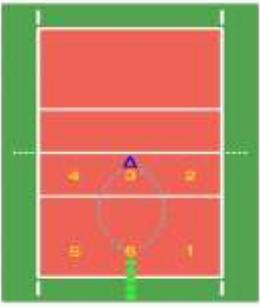
Berikut gambaran mesin pelontar yang dikembangkan oleh peneliti.

**Gambar 1.1 Mesin Pelontar**



Variasi latihan *passing* bawah dalam permainan bolavoli yang dikembangkan:

Tabel 1.1 Variasi Latihan *Passing Bawah*

Gambar	Deskripsi
<p>Variasi 1</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alat pelontar bola berdiri di posisi no 3</li> <li>2. Pemain berbaris ke belakang di posisi no 6 menghadap lurus ke alat pelontar bola</li> <li>3. Pelontar bola melontarkan bola kepada atlit paling utama</li> <li>4. Pemain melakukan passing bawah dan mengarahkan bola ke depan.</li> <li>5. Setelah menerima bola passing bawah pemain bergeser mundur ke urutan paling terakhir, pemain berikutnya menyusul.</li> </ol>
<p>Variasi 2</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alat pelontar bola berdiri di posisi no 3</li> <li>2. Pemain berbaris pada posisi no 1 di belakang garis lapangan</li> <li>3. Pemain paling depan menerima bola dari mesin pelontar dan bergerak sambil jongkok ke arah kiri menuju posisi no 6.</li> <li>4. Pelontar bola mengarahkan bola kepada atlit yang telah siap di posisi 6 dan pemain bergeser ke atas kiri sambil jongkok menuju posisi no 5.</li> <li>5. Pelontar bola mengarahkan bola kepada pemain yang telah siap di posisi no 5.</li> <li>6. Setelah melakukan passing atlit mundur kemudian bergeser ke kanan dan menuju urutan belakang.</li> </ol>
<p>Variasi 3</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelontar bola berdiri di posisi no 3</li> <li>2. 2 Pemain berbaris ke belakang di posisi no 6 dan bola di arahkan ke posisi no 6.</li> <li>3. Pemain depan melakukan passing bawah secara bergantian dengan pemain yang ada di belakangnya secara terus menerus. Setelah melakukan <i>passing</i> pemain mundur kemudian di gantikan 2 pemain lainnya.</li> </ol>

## G. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini memiliki manfaat, antara lain:

### 1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pendidikan dan penelitian, untuk melengkapi hasil penelitian sebelumnya, dan menguraikan alat bantu latihan *drill* berupa alat pelontar bola yang digunakan latihan bolavoli.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Atlet

Alat ini untuk menunjang para atlet dalam proses latihan bolavoli sehingga dalam latihan para atlet mendapatkan variasi latihan dan tidak merasa bosan.

#### b. Bagi Pelatih

Sebagai alat untuk mempermudah para pelatih melakukan latihan *drill passing* bawah pada bolavoli.

#### c. Bagi Peneliti

Mengembangkan wawasan yang berkaitan dengan pengembangan alat bantu atau peraga dalam latihan bolavoli. Menambah pengetahuan kepada peneliti tentang pengembangan alat bantu *drill* untuk melatih *passing* bawah bolavoli.

## H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Asumsi pengembangan yang dapat digunakan dalam penelitian dan pengembangan alat ini adalah suatu alat yang dapat membantu dalam proses *drill* latihan *passing* bawah pada bolavoli sehingga dapat digunakan pelatih. Permasalahan pada penelitian ini perlu dibatasi agar masalah yang dikaji lebih fokus dan tidak terlalu luas. Adapun batasan-batasannya:

1. Penelitian dilakukan pada *club* bolavoli
2. Metode latihan *drill* hanya fokus pada *passing* bawah bolavoli.

## I. Definisi Istilah

Untuk mengurangi kesalah pahaman presepsi, beberapa istilah penting dalam pelaksanaan pengembangan ini didefinisikan sebagai berikut:

### 1. Latihan

Latihan adalah proses mempersiapkan fisik serta mental anak untuk mencapai hasil kinerja yang baik dan meningkatkan kualitas individu dan tim melalui latihan yang teratur.

### 2. Bolavoli

Bolavoli adalah olahraga beregu, jadi pemain harus saling bekerja sama dan saling mendukung untuk menjadi tim yang kompak.

### 3. *Passing* bawah adalah teknik dasar bolavoli untuk menerima, menahan, serangan *smash* yang keras dan cepat dari lawan.

### 4. *Drill* adalah pengulangan gerak latihan yang dilakukan terus-menerus untuk melatih ketepatan dan kelincahan *passing* bawah pada bolavoli.