

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Prestasi para atlet bola voli pantai atau pasir Indonesia dalam ajang Internasional Kejuaraan Asia di Philipina 1993, tim atlet bola voli pantai atau pasir putra Indonesia berhasil menjuarai kejuaraan tersebut. *Asian Games* pada tahun 1998 di Bangkok dan berhasil memperoleh medali perak, kemudian mempertahankan medali tersebut pada tahun 2002 di Busan Korea Selatan. *Asian Games* 2006 Doha, tim voli pantai Indonesia selalu masuk empat besar dan mampu menembus babak final. Bahkan pada *Olimpiade* Atlanta 1996, tim putra dan putri Indonesia berhasil lolos dalam babak kualifikasi. Tahun 2009 yang lalu dalam ajang *SEA Games* Laos, tim putra Indonesia kembali berhasil meraih medali emas, bahkan menorehkan sejarah dengan bertemunya *all* Indonesia final.¹ Terlihat jelas persaingan yang semakin merata di berbagai pertandingan olahraga bola voli pantai atau pasir, ini menunjukkan bahwa kemajuan bola voli pantai atau pasir di Kawasan Asia dan dunia semakin membaik.

¹ http://www.alkobandung.com/index.php?option=com_content&view=article&id=66:voli-pantai-di-indonesia&catid=7:volipantainews&Itemid=15, diakses senin, 16 Februari 2015, pukul 22.55 wib.

Bola voli pantai atau pasir adalah olahraga beregu, setiap regu berada di petak lapangan permainan masing-masing dibatasi net. Bola dimainkan oleh satu atau dua tangan atau dengan anggota badan lain hilir mudik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh hamparan pasir (bola mati) di petak lawan mempertahankan agar bola tidak mati di area permainan sendiri.

Bola voli pantai tidak selalu dimainkan di pantai sebab ada sebagian Negara yang tidak berbatasan dengan pantai yang juga mengadakan olahraga tersebut, seperti Negara Swiss. Olahraga bola voli pantai bahkan bisa dimainkan di dalam ruangan dan dapat dimainkan di tempat yang jauh dan tidak ada pantainya yang telah diberi pasir putih yang bebas dari benda tajam seperti batu krikil ataupun cangkang kerang yang dapat melukai atlet dalam melakukan permainan bola voli pantai atau bola voli pasir, oleh karena tidak dimainkan di pinggir pantai sehingga nama sebutan bola voli pasir menjadi populer umumnya di kalangan masyarakat Indonesia. Meski demikian, secara umum voli pantai memang biasa dimainkan di wilayah berpasir baik itu dalam kondisi permainan biasa maupun kompetisi.

Bola voli pantai atau pasir mengoper bola ke area lawan dengan memakai ujung jari dianggap pelanggaran meski di dalam permainan bola voli biasa tidak dianggap sebagai sebuah pelanggaran. Servis voli pasir dilakukan secara bergiliran antara pemain satu dengan pemain yang lain. Namun, di dalam permainan ini tidak adanya pergantian pemain karena

dalam satu tim permainan voli pantai hanya terdiri dari dua orang pemain. Harus di ketahui juga bahwa dalam permainan bola voli pasir tidak memakai alas kaki selama bermain.

Lapangan bermain adalah persegi panjang berukuran 16 x 8 m (lebih kecil dari 18 x 9 m dalam ruangan voli), dikelilingi oleh zona bebas minimal lebar 3 m dan dengan ruang bebas dari obstruksi hingga ketinggian minimal 7 m dari permukaan bermain. Bola harus bulat, terbuat dari bahan yang *fleksible* (kulit, kulit sintetis atau serupa) yang tidak menyerap kelembaban, yaitu lebih cocok untuk kondisi *outdoor* pada saat kondisi hujan.

Berdasarkan pada hasil turnamen bola voli pasir yang diselenggarakan di Senayan, peneliti melihat anggota atau atlet Pelatada DKI Jakarta masih belum mampu melakukan *jump serve* dengan baik. Maka dari pernyataan diatas dapat diketahui bahwa dalam melakukan *jump serve* menggunakan kecepatan dan juga kekuatan (*power*) pada otot lengan. *Power* yang dihasilkan dari otot lengan dapat membuat seseorang melakukan *jump serve* dengan cepat dan tepat. Otot tungkai sebagai tolakan untuk melakukan lompatan tinggi keatas mempunyai peran penting pada saat melompat di udara. Dengan kata lain jika mempunyai perpaduan yang baik antara kedua otot tersebut, maka gerakan *jump serve* dapat tercapai sesuai dengan apa yang diharapkan.

Dalam melakukan permainan voli pasir bola pertama kali di servis atau diseberangkan melalui atas net ke lapangan lawan. Dalam

perkembangannya servis sekarang menjadi salah satu serangan untuk menghasilkan poin dan mengendalikan permainan. Dalam melakukan servis yang baik tentu akan menyulitkan lawan untuk mengembalikannya. Servis dibagi menjadi dua, yaitu servis atas dan bawah. Servis atas yaitu awalan melemparkan bola ke atas seperlunya, lalu *server* melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas sedangkan servis bawah awalan bola berada ditangan yang tidak memukul bola, dan memukul bola menggunakan tangan yang bebas dengan cara diayun.

Dengan penguasaan teknik yang benar maka atlet dapat melakukan teknik servis yang lebih efisien, keras, serta terarah pada tempat-tempat yang menjadi titik kelemahan lawan sehingga melalui servis ini suatu tim atau regu dapat langsung menghasilkan poin. Servis yang dilakukan dengan keras dan menghasilkan bola yang cepat dan tepat juga dapat membuat lawan kesulitan dalam membuat serangan balik dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas peneliti melihat ada masalah yang terjadi karena disaat pertandingan kecepatan bola servis tidak terlihat, kebanyakan mudah diterima dan tidak mematikan, bahkan banyak yang *out* dan bahkan tidak menyebrang ke area pertahanan lawan. Dari masalah ini peneliti ingin meneliti hubungan *power* otot tungkai dan *power* otot lengan dengan hasil kecepatan bola *jump serve*. Kemudian menghitung *power* otot tungkai dan *power* otot lengan atlet ketika menghasilkan servis, dalam hal ini peneliti mengambil sampel atlet bola voli pasir putra Pelatda DKI Jakarta tahun 2015.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu :

1. Apakah konsentrasi berpengaruh dalam melakukan *serve* yang baik?
2. Bagaimana model latihan yang dilakukan oleh pelatih dalam meningkatkan kemampuan para atletnya dalam meningkatkan teknik servis?
3. Bagaimana kreatifitas pelatih dalam menggunakan prasarana latihan dalam meningkatkan kemampuan atlet?
4. Apakah profil pelatih dapat memberikan pengaruh positif terhadap atlet dalam latihan bola voli pasir?
5. Apakah ada hubungan antara *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil kecepatan bola *jump serve*?
6. Apakah servis memiliki tingkat keberhasilan memperoleh angka dalam sebuah pertandingan?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi maka dalam penelitian ini tidak mungkin diteliti secara menyeluruh, untuk itu perlu adanya pembatasan masalah agar penelitian ini sesuai dengan sasaran yang hendak dicapai.

Dalam penelitian ini peneliti hanya berfokus pada hubungan antara *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil kecepatan bola *jump serve* pada atlet bola voli pasir putra Pelatda DKI Jakarta tahun 2015.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai terhadap hasil kecepatan bola *jump serve* pada atlet bola voli pasir putra Pelatda DKI Jakarta tahun 2015?
2. Apakah terdapat hubungan *power* otot lengan terhadap hasil kecepatan bola *jump serve* pada atlet bola voli pasir putra Pelatda DKI Jakarta tahun 2015?
3. Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai dan *power* otot lengan secara bersama-sama terhadap hasil kecepatan bola *jump serve* pada atlet bola voli pasir putra Pelatda DKI Jakarta tahun 2015?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini sebagai berikut :

1. Memberikan masukan kepada pelatih dalam meningkatkan prestasi cabang olahraga.

2. Mengetahui tingkat *power* otot tungkai dan *power* otot lengan terhadap hasil kecepatan bola *jump serve* atlet putra Pelatda DKI Jakarta.
3. Sebagai acuan pelatih bola voli di DKI Jakarta untuk mengetahui hasil kecepatan bola *jump serve*.
4. Sebagai pengetahuan bagi pecinta olahraga bola voli.