

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Spike back row attack atau *spike 3 meter* adalah serangan yang dilakukan oleh seorang pemain yang berada diruang belakang. *Spike* ini termasuk jenis serangan yang jarang sekali dilakukan saat pertandingan. Banyak hal yang membuat kita luput dari kesadaran bahwa hal ini juga harus kita kuasai. Kurangnya prioritas pada sesi latihan menyebabkan pemain kurang menguasai, salah satunya karena masih banyak orang beranggapan bahwa pemain yang ruang/posisi belakang hanya bertugas bertahan. Padahal apabila dimanfaatkan dapat menambah jumlah serangan yang biasanya hanya 3 titik serang, menjadi 4 atau 5 titik serang, secara jumlah itu jelas sangat menguntungkan mengingat jumlah *blocker* lawan hanya 3. Maka dari itu serangan itu cukup efektif dilakukan dengan tujuan mengecoh *blocker* lawan.

Menurut sebuah penelitian yang menganalisis total serangan bola voli pada ajang Proliga *Final Four* Seri Kediri 2019 mendapatkan kesimpulan bahwa dari 2025 kali serangan dilakukan, *spike 3 meter* hanya terjadi 225 kali (11%) dengan menghasilkan 123 *point* (55%), 59 *rally* (26%), 43 *error* (19%) (Pratama et al., 2020). Bila berdasarkan persentase tersebut, menunjukkan dengan tingkat efektifitas yang cukup tinggi, *spike 3 meter* terhitung jarang digunakan untuk menjadi serangan. Kurangnya penggunaan *spike 3 meter* dalam suatu pertandingan pun bukan tanpa alasan, karena dalam setiap melakukan teknik serangan memiliki tingkat kesulitan dan hambatannya masing-masing.

Beberapa alasan kenapa *spike 3 meter* jarang dilakukan ialah: (1) Tingkat kesulitan yang tinggi, *spike 3 meter* melibatkan pemain yang berada di zona barisan belakang lapangan, dan mereka harus melompat dari posisi yang jauh dari net untuk mencapai bola dan memukulnya melewati blok lawan. Ini memerlukan kekuatan, kelincahan, dan ketepatan yang tinggi untuk berhasil melakukan serangan dengan efektif. Tidak semua pemain memiliki kemampuan dan teknik yang memadai untuk menjalankan serangan dari posisi ini. (2) Fokus pada serangan depan, Banyak tim cenderung lebih fokus pada serangan dari posisi depan (*front row attack*), seperti *quick attack*, *outside spike*, atau *middle spike*. Serangan depan cenderung lebih

efisien dan mudah dilakukan karena pemain berada lebih dekat dengan net dan blok lawan, sehingga memiliki waktu reaksi yang lebih cepat dan jarak yang lebih pendek untuk menyerang bola. (3) Keterbatasan peran pemain barisan belakang, pemain di barisan belakang terutama libero, memiliki peran khusus dalam pertahanan dan penerimaan bola. Karena itu, mereka mungkin lebih fokus untuk menjalankan tugas-tugas tersebut daripada mengambil peran dalam serangan. Jika pemain barisan belakang melakukan *spike* 3 meter, maka posisi pertahanan tim bisa menjadi terbuka dan mempengaruhi stabilitas tim.

Permainan bola voli khususnya di putra memang terkenal jarang adanya terjadi *rally* panjang dalam mendapatkan poin, hal itu dikarenakan pada umumnya para pemain putra diharuskan mendapatkan poin setiap sekali serang. Sebuah tim akan menjadi lebih produktif jika selalu mendapatkan poin pada setiap serangan yang dilakukan, atau setidaknya membuat lawan sulit melakukan serangan balik. *Spike* 3 meter menjadi salah satu pilihan untuk dilakukan saat melakukan serangan. Terlihat dari tingkat efektifitas yang cukup tinggi dari penelitian sebelumnya, Adapun hasil penelitian kuantitatif pada Final Piala Dunia FIVB pada tahun 2019 menyebutkan bahwa serangan *back row attack* menjadi serangan yang efektif nomor 2 setelah serangan *open spike*. Pada penelitian tersebut diterangkan bahwa *open spike* menghasilkan 44 *Ace*, 26 *Rally*, 18 *Failed*. Sedangkan *back row attack* itu sendiri menghasilkan 27 *Ace*, 12 *Rally*, 6 *Failed*. Lalu diposisi ketiga ada *quick attack* 23 *Ace*, 13 *Rally*, 2 *Failed* (Eko, 2021).

Ketrampilan	<i>Ace</i>	<i>Rally</i>	<i>Failed</i>
<i>Open Spike</i>	44	26	18
<i>Semi Spike</i>	2	3	2
<i>Quick Spike</i>	23	13	2
<i>Back Attack</i>	27	12	6
<i>Tip Ball</i>	6	28	5
<i>Passing Langsung</i>	0	7	5
Jumlah	102	89	38
Persentase	44,54%	38,86%	16,59%

Tabel 1. 1 : Statistik serangan Final Piala Dunia FIVB 2019

Sumber: (Eko, 2021)

Spike 3 meter memiliki beberapa keunggulan yang dapat membuatnya menjadi pilihan serangan yang efektif dalam situasi tertentu. Beberapa keunggulan *spike* 3 meter dibandingkan dengan serangan lainnya dalam bola voli ialah: (1) Kejutan, *spike* 3 meter dapat menjadi serangan yang mengejutkan bagi lawan karena serangan ini berasal dari pemain yang berada di zona barisan belakang lapangan. Karena jarang dilakukan, serangan ini dapat mengganggu pertahanan lawan yang mungkin tidak terbiasa menghadapi serangan dari posisi ini. (2) Jarak yang lebih jauh, pemain yang mengeksekusi *spike* 3 meter berada di zona belakang lapangan, sehingga mereka memiliki jarak yang lebih jauh dari net daripada pemain yang mengeksekusi serangan dari posisi depan. Dengan melompat dari jarak yang lebih jauh, pemain dapat mencapai ketinggian lompatan yang lebih besar dan memiliki peluang untuk melewati blok lawan yang lebih tinggi. (3) Mengatasi blok lawan yang kuat, *spike* 3 meter bisa menjadi alternatif yang efektif ketika blok lawan di posisi depan sangat kuat. Pemain dapat mencoba melewati blok lawan dengan melakukan serangan dari zona belakang, di mana blok lawan biasanya lebih rendah dan kurang efektif. (4) Variasi serangan, dengan menguasai *spike* 3 meter, tim dapat menambahkan variasi dalam strategi serangan mereka. Variasi dalam serangan akan membuat tim lebih sulit diprediksi oleh lawan, sehingga menciptakan peluang untuk mencetak poin lebih banyak. (5) Menyusun ulang pertahanan lawan: Ketika pemain melakukan *spike* 3 meter dengan akurat, pertahanan lawan harus menyesuaikan diri dan mengatur posisi mereka untuk menghadapi serangan dari posisi barisan belakang. Ini dapat menciptakan celah dalam pertahanan lawan yang bisa dimanfaatkan oleh tim untuk mencetak poin.

Maka dari itu penulis merasa pentingnya sebuah tim memanfaatkan *spike back row attack* pada saat pertandingan berlangsung. Apabila semua pemain dapat melakukan *spike back row attack* dan juga sering digunakan, hal tersebut menjadi sebuah keunggulan tim itu sendiri karena setiap tim menyerang, lawan akan kewalahan membendung serangan karena selain memang sulit untuk dibendung juga lawan sulit membaca *spiker* mana yang akan melakukan serangan karena kalahnya jumlah *spiker* yang akan menyerang dan *blocker* yang akan membendung serangan.

Setelah beberapa poin yang telah disebutkan sebelumnya, bahwasanya untuk melakukan *spike back row attack* adalah membiasakan melakukannya pada saat sesi latihan, mengatasi kesulitan-kesulitan yang ada, dan juga tidak lupa memperhatikan faktor-faktor apa saja pendukung saat melakukan *spike back row attack*. Salah satu faktor pendukungnya adalah *spike back row attack* sangat terkait dengan koordinasi mata, tangan, dan kaki karena teknik ini melibatkan gerakan yang kompleks dan presisi yang tinggi. Koordinasi yang baik antara mata, tangan, dan kaki sangat penting dalam menjalankan serangan ini dengan efektif.

Sebelum melakukan *spike back row attack*, pemain harus mampu mengenali posisi bola dengan cepat dan tepat. Mata harus fokus dan mengikuti pergerakan bola sejak awal, sehingga pemain dapat menilai arah dan ketinggian bola dengan akurat. Pengenalan bola yang baik memungkinkan pemain untuk mengatur gerakan tangan dan kaki mereka dengan benar untuk melakukan serangan. Setelah mengenali posisi bola, pemain harus mengoordinasikan gerakan tangan dan kaki mereka untuk mendekati bola dan melakukan serangan yang tepat. Tangan harus diatur dengan benar untuk memukul bola dengan daya pukul yang kuat, sementara kaki harus berada dalam posisi yang tepat untuk melompat dengan ketinggian yang diperlukan. Koordinasi yang tepat antara tangan dan kaki memungkinkan pemain untuk mendapatkan posisi yang optimal untuk melaksanakan serangan.

Spike back row attack juga membutuhkan *timing* yang tepat untuk melompat dan memukul bola pada saat yang paling optimal. Pemain harus mengoordinasikan gerakan mata, tangan, dan kaki mereka untuk melakukan lompatan yang tepat waktu dan mencapai posisi terbaik untuk mencetak poin. Selain itu, kelincahan juga penting dalam menjalankan serangan ini, karena pemain harus bergerak dengan cepat dan lincah untuk mencapai bola yang berada di zona barisan belakang lapangan. Koordinasi mata, tangan, dan kaki juga penting dalam menyesuaikan serangan dengan blok lawan. Pemain harus mampu melihat posisi dan gerakan blok lawan dengan cepat, sehingga mereka dapat mengarahkan serangan mereka ke arah yang paling menguntungkan atau mencari celah di blok lawan. Koordinasi yang baik memungkinkan pemain untuk merespons dengan cepat dan efektif terhadap taktik pertahanan lawan.

Setelah penjelasan yang sudah dijabarkan diatas bahwa adanya keterkaitan antara *spike back row attack* dengan koordinasi mata tangan dan kaki, maka peneliti berniat untuk melakukan sebuah eksperimen dengan memberikan metode latihan *spike 3 meter* dengan didasari oleh tingkat koordinasi mata, tangan, dan kaki atlet.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Atlet bola voli sering *foul* saat melakukan *spike back attack*.
2. *Spike back attack* menjadi salah satu jenis *spike* dasar yang jarang dilatih bahkan di kuasai.
3. *Spike back attack* menjadi salah satu jenis *spike* dasar yang jarang digunakan karena sulit.
4. *Spike back attack* biasanya hanya dilakukan oleh pemain yang berposisi *outside hitter*.
5. Pemain yang berposisi *middle blocker* biasanya tidak dilatih *spike back attack* karena ketika diposisi belakang selalu diganti oleh *libero*.
6. Pemain yang berposisi dibelakang biasanya tidak dilatih *spike back attack* karena ketika diposisi belakang biasanya fokus untuk bertahan.
7. Pemain yang berposisi *middle blocker* dan berposisi *opposite hitter* biasanya berkarakteristik dengan bola pendek dan bola cepat.
8. Apabila *setter* berada diposisi depan, serangan yang didepan hanya 2 titik.
9. *Spike back attack* memiliki tingkat kesulitan berbeda.
10. *Spike back attack* biasanya dilakukan pada saat bola peneriman jatuh jauh dari *net*.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah yang telah dikemukakan, agar permasalahan tidak meluas dan persepsi yang berbeda maka peneliti membatasi permasalahan yaitu “Perbandingan Metode Latihan dan Koordinasi Terhadap Kemampuan *Spike 3 meter* Atlet Bola Voli”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah yang diajukan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan dalam peningkatan *spike* 3 meter antara metode latihan *spike* dengan *setter* dan metode latihan *spike* mandiri?
2. Apakah terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan *spike* dan koordinasi mata, tangan, dan kaki terhadap kemampuan *spike* 3 meter?
3. Apakah terdapat perbedaan dalam kemampuan *spike* 3 meter antara metode latihan *spike* dengan *setter* dan metode latihan *spike* mandiri pada atlet yang memiliki koordinasi mata, tangan, dan kaki tinggi?
4. Apakah terdapat perbedaan dalam kemampuan *spike* 3 meter antara metode latihan *spike* dengan *setter* dan metode latihan *spike* mandiri pada atlet yang memiliki koordinasi mata, tangan, dan kaki rendah?

E. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian dapat dilihat dari segi teoritis dan praktis. Secara teoritis temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam memperoleh ilmu pengetahuan, khususnya pengetahuan mengenai *spike* 3 meter bola voli.

Sedangkan dari segi praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran kepada berbagai pihak antara lain:

1. Bagi Atlet:

Olahraga bola voli memudahkan atlet memahami teknik dasar dari *spike* 3 meter itu sendiri. Sehingga dapat lebih dipahami dan dipraktikan pada saat latihan sehingga bisa menjadi kemahirannya ketika bertanding.

2. Bagi Pelatih:

Meningkatkan kemampuan pelatih khususnya pelatih bola voli untuk memperkaya pengalaman melatih dan mengetahui beberapa poin alasan kenapa Teknik dasar itu perlu diajarkan secara terstruktur kepada atletnya. Dapat menjadi dasar penyusunan program latihan. Serta dapat memberi sumbangan pikiran sekaligus dapat dijadikan suatu pedoman bagi pembinaan atlet bola voli.

3. Bagi Peneliti Berikutnya :

Sebagai bahan acuan bagi peneliti berikut untuk mempermudah mencari data penelitian berikutnya.

