

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Peningkatan prestasi di cabang olahraga dilakukan melalui pembinaan dan pengembangan olahraga secara terencana, sistematis, berjenjang, dan berkelanjutan, yang dimulai dari pembudayaan dengan pengenalan gerak pada usia dini, pemassalan dengan menjadikan olahraga sebagai gaya hidup, pembibitan dengan penelusuran bakat dan pemberdayaan sentra-sentra keolahragaan, serta peningkatan prestasi dengan pembinaan olahraga unggulan nasional sehingga olahragawan andalan dapat meraih puncak pencapaian prestasi.

Salah satu bentuk pembinaan bola voli adalah dengan masuk ke sejumlah sekolah di Indonesia melalui kegiatan pembinaan di klub-klub. Kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan cabang olahraga ini juga mulai menjaring pemain potensial melalui kejuaraan nasional dan internasional. Pembinaan olahraga bola voli di Indonesia tentunya diharapkan banyak memberikan kontribusi dalam penciptaan temuan-temuan baru yang berupa bentuk-bentuk latihan yang semakin baik meliputi aspek fisik, teknik dan taktik/strategi serta mental. Sehingga setiap masalah yang dihadapi dapat segera diatasi dengan terus berbenah diri, dengan cara mengevaluasi dan memperbaiki disegala sektor pendukung serta terus mencari metode atau teknik yang lebih efektif dan efisien untuk menghasilkan prestasi yang membanggakan.

Ditinjau dari aspek teknik dan taktik, pembinaan olahraga bola voli khususnya teknik dasar tampaknya masih perlu dikembangkan lebih lanjut. Meraih prestasi yang maksimal membutuhkan usaha dan kerja keras, berupa latihan yang terencana, terukur dan berkesinambungan serta sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga. Salah satu aspek pengembangan keolahragaan nasional adalah penyediaan prasarana olahraga dan sarana olahraga yang memadai. Penyediaan prasarana olahraga dan sarana olahraga sudah semestinya dilaksanakan sebagai salah satu upaya untuk menimbulkan semangat persatuan dan kesatuan, meningkatkan partisipasi aktif masyarakat khususnya bidang olahraga. Penyediaan prasarana olahraga dan sarana olahraga merupakan hal yang mutlak harus ada apabila kita mengharapkan adanya pemassalan, pembibitan, dan pembinaan olahraga, diperlukan pembangunan sistem pembinaan olahraga yang dikembangkan di lingkungan olahraga pendidikan, olahraga masyarakat dan olahraga prestasi.

Prestasi tidak semata-mata ditentukan oleh kemahiran menguasai teknik saja, akan tetapi juga ditentukan oleh persiapan melalui latihan maksimal secara sistematis dan berkelanjutan. Begitu juga pada olahraga bola voli yang menggunakan gerakan-gerakan kombinasi yang dilakukan dalam usaha meningkatkan teknik menyerang dan teknik bertahan. Teknik-teknik tersebut sangat penting sehingga harus dilatih secara terus-menerus.

Penelitian ini muncul berawal dari hasil pengamatan pelatih ketika melakukan proses latihan. Kemampuan atlet ketika dilakukan *drill* servis atas belum optimal. Kualitas atlet dalam melakukan servis atas tidak terarah dan

kurang fokus. Banyak faktor yang mengakibatkan kurang maksimalnya penguasaan teknik servis atas tersebut. Salah satu yang dirasa paling utama berdasarkan hasil evaluasi pelatih adalah kemampuan fisik terutama *power* dan daya tahan otot atlet yang belum baik sehingga tidak dapat melakukan servis atas secara berulang dengan baik.

Permasalahan selanjutnya yaitu tentang penggunaan media latihan yang belum optimal. Penggunaan media sebagai sarana latihan bola voli di klub seringkali ditemukan masih menggunakan media yang seadanya. Seringkali atlet merasa bosan dan cenderung tidak antusias dalam berlatih teknik servis atas bola voli. Kondisi ini tidak dicarikan solusi tentunya akan berakibat pada kemampuan servis atlet. Menghasilkan atlet-atlet yang baik, pelatih harus mampu menjalankan tugas, menguasai bahan, memiliki kemampuan dan memiliki keterampilan untuk memberikan materi latihan. Dengan segala kemampuannya itulah diharapkan pelatih dapat memberikan contoh gerakan yang diperlukan pada proses latihan. Di samping itu juga pelatih pun harus memilih strategi latihan yang tepat sebagai alat bantu di dalam memberikan materi latihan, khususnya dalam melatih pemula.

Sebagai salah satu modal utama dalam permainan bola voli maka kemampuan melakukan servis perlu untuk dikuasai dengan baik oleh pemain supaya permainan bisa dilakukan. Gerakan yang benar dan tepat saat melakukan servis kemungkinan besar akan menghasilkan sebuah gerakan bola yang benar dan menguntungkan bagi pemain yang melakukan servis. Sering kali servis tangan atas digunakan sebagai andalan untuk mendapatkan poin, karena dari sudut tenaga pemukulan bola dengan teknik servis tangan atas lebih kuat dan pukulan lebih

menukik ke arah lawan. Sedangkan teknik servis bawah jarang dilakukan oleh pemain dikarenakan tenaga yang digunakan tidak terlalu berlebihan, akan tetapi mudah diterima oleh lawan dari pada teknik servis atas.

Latihan teknik servis atas bola voli pada hakikatnya haruslah disesuaikan dengan tingkat kebutuhan atlet itu sendiri dengan mempertimbangkan usia, tingkat pertumbuhan fisiologinya, ataupun psikologis peserta didik itu sendiri. Menyikapi hal tersebut, maka diperlukan pengembangan media latihan yang tepat agar atlet senang saat berlatih bola voli. Berdasarkan uraian di atas, penulis menilai perlu adanya media atau alat latihan yang bisa menunjang kreativitas dan inovasi pelatih dalam proses latihan khususnya pada teknik servis atas. Dasar dari keterampilan teknik dasar servis atas akan terlaksana dengan bagus apabila dikemas dengan media latihan yang aman, efektif dan menyenangkan sesuai karakteristik atlet pemula.

Pengembangan media latihan yang aman, efektif dan menyenangkan yang akan peneliti kembangkan adalah pengembangan alat *drill* latihan servis atas untuk atlet pemula. Pengembangan alat ini diharapkan membuat atlet menjadi lebih nyaman dalam melakukan teknik servis atas. Pengembangan alat ini sangat aman bagi atlet dalam melakukan aktivitas latihan servis atas serta bahan pembuatannya mudah diperoleh serta tidak perlu mengeluarkan biaya yang sangat mahal. Melalui pengembangan alat ini diharapkan para atlet dapat lebih aktif dalam mengikuti proses latihan serta mampu melakukan teknik servis atas yang baik benar.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang berkaitan dengan penelitian ini. Peneliti memfokuskan penelitian pada teknik dasar servis atas. Dalam hal ini penelitian berupaya meningkatkan pada keterampilan servis atas melalui pengembangan alat *drill* latihan servis atas untuk atlet pemula.

## **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimanakah pengembangan alat *drill* latihan servis atas bola voli untuk atlet pemula?
2. Apakah pengembangan alat *drill* latihan servis atas bola voli efektif meningkatkan teknik dasar servis atas untuk pemula?

## **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian ilmiah tentang latihan media latihan serta menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian dalam olahraga bola voli, khususnya keterampilan servis atas.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi klub penelitian ini diharapkan memberikan masukan mengenai gambaran latihan teknik dasar servis atas yang belum berjalan maksimal
- b. Bagi pelatih penelitian ini diharapkan memberikan inspirasi untuk lebih kreatif lagi dalam menggunakan media, metode dan model latihan.
- c. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi dan acuan bagi penelitian yang akan datang khususnya dari segi desain, subyek penelitian, prosedur pengumpulan dan analisis data
- d. Bagi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi tambahan mengenai media latihan pada cabang olahraga bolavoli
- e. Bagi atlet diantaranya yaitu: memberikan suasana baru bagi atlet dalam kegiatan latihan sehingga atlet khususnya pemula merasakan kemudahan, ketertarikan, kenyamanan dan kesenangan di dalam melakukan tahapan materi latihan latihan teknik dasar servis atas.