

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penelitian ini dimulai dari hasil pengamatan langsung yang juga turut berpartisipasi dalam kegiatan evaluasi teknis bersama pelatih di lapangan pada sesi latihan dan pertandingan uji coba tim Klub Viking Bajatara. Dalam beberapa kali pertandingan uji coba dan sesi latihan internal, ditemukan bahwa sebagian besar pemain belum menunjukkan konsistensi dalam melakukan teknik *passing* bawah yang efektif, terutama ketika menerima servis lawan maupun saat melakukan pertahanan terhadap serangan *spike* lawan. Hal ini diamati secara berulang pada momen-momen krusial pertandingan, di mana akurasi *passing* bawah yang rendah mengakibatkan gagalnya transisi permainan ke fase serangan. Pelatih juga menegaskan dalam evaluasi mingguan bahwa latihan yang diberikan masih belum secara spesifik menargetkan peningkatan kualitas *receive* dan *dig* sebagai bagian dari kemampuan *passing* bawah. Dari hasil observasi tersebut, dilakukan juga tes awal kemampuan *passing* bawah terhadap seluruh anggota tim yang menunjukkan bahwa rata-rata nilai peserta masih berada dalam kategori sedang hingga rendah, terutama pada aspek kontrol arah bola, stabilitas posisi tubuh saat menerima bola bawah, dan kecepatan reaksi saat bertahan dari serangan lawan.

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, dapat diidentifikasi bahwa permasalahan utama yang dihadapi oleh atlet-atlet Viking Bajatara adalah pada aspek kemampuan teknik dasar *passing* bawah, yang seharusnya menjadi fondasi utama dalam sistem

pertahanan dan penguasaan bola pertama dalam permainan bola voli. Kemampuan *passing* bawah yang tidak optimal berdampak langsung terhadap efektivitas permainan tim secara keseluruhan, karena bola pertama yang tidak terarah akan menyulitkan setter untuk mengatur serangan dan akhirnya menyebabkan penurunan performa tim. Lebih jauh, kurangnya penguasaan teknik ini juga membuat tim mudah kehilangan poin karena kesalahan mendasar dalam menerima servis atau melakukan dig defense terhadap smash lawan. Permasalahan ini menjadi semakin mendesak untuk ditangani secara sistematis dan terukur melalui program latihan yang terfokus, sehingga peningkatan kemampuan teknis *passing* bawah dapat dicapai dengan lebih maksimal dan terarah.

Secara teoretis, kemampuan *passing* bawah dalam bola voli merupakan keterampilan mendasar yang berkaitan langsung dengan koordinasi tubuh bagian bawah, kecepatan reaksi, posisi tubuh, serta pemahaman terhadap arah dan kecepatan bola. Menurut Dantes (2010:42), teknik *passing* bawah sangat krusial dalam proses penerimaan bola pertama karena akan menentukan keberhasilan serangan berikutnya. Untuk meningkatkan kemampuan ini, berbagai metode latihan spesifik diperlukan, di antaranya adalah *drill receive servis*, yang bertujuan meningkatkan keterampilan menerima bola dari servis lawan dengan posisi dan sikap tubuh yang benar (Yuda, 2020:77), serta *drill dig defend*, yang dirancang untuk melatih kecepatan reaksi dan kemampuan menahan serangan bola keras dari lawan melalui teknik dig (Iskandar & Fathoni, 2022:93). Kedua bentuk latihan ini secara teoritis memiliki fokus masing-masing, namun sama-sama menargetkan peningkatan kualitas *passing* bawah, baik dari segi presisi maupun konsistensi

gerakan. Dengan demikian, menguji efektivitas keduanya secara empiris menjadi langkah yang penting dalam membangun landasan pelatihan yang tepat sasaran.

Penelitian ini dilakukan karena adanya kebutuhan mendesak untuk menemukan metode latihan yang paling efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah pemain voli remaja, khususnya pada kelompok usia yang sedang berada dalam fase pembentukan teknik dan konsistensi permainan. Dengan melakukan penelitian komparatif antara dua jenis latihan, yakni *drill receive servis* dan *drill dig defend*, maka diharapkan dapat diketahui metode mana yang lebih signifikan memberikan dampak terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah. Hal ini tidak hanya penting untuk pengembangan kemampuan individu atlet, tetapi juga memberikan masukan strategis bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif dan sesuai kebutuhan tim. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga dapat dijadikan rujukan untuk pelatih dan klub lain yang menghadapi persoalan serupa dalam hal peningkatan keterampilan dasar pemain.

Dengan adanya penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan kontribusi nyata bagi dunia pelatihan bolavoli, khususnya pada pembinaan kelompok usia remaja. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi solusi alternatif yang berbasis bukti terhadap permasalahan lemahnya teknik dasar *passing* bawah, sekaligus menjadi rujukan ilmiah dalam penyusunan materi latihan yang terfokus pada aspek *receive* dan *dig*. Penulis juga berharap hasil penelitian ini dapat memperkuat pemahaman metode latihan yang berbeda memiliki efektivitas yang bervariasi tergantung pada fokus keterampilan yang dilatih, sehingga pelatih dapat memilih metode yang paling sesuai dengan kondisi tim dan kebutuhan teknis pemain.

B. Identifikasi Masalah

1. Komponen *passing* bawah atlet Viking Bajatara masih rendah.
2. Teknik menerima servis dan bertahan dari *spike* belum optimal
3. Metode latihan spesifik seperti *drill receive servis* dan *drill dig defend* belum diterapkan secara efektif.
4. Banyak kesalahan saat menerima servis dan serangan lawan
5. Arah *passing* sering tidak tepat ke setter
6. Teknik dasar *passing* belum dikuasai dengan baik
7. Latihan yang diberikan belum fokus pada *passing* bawah
8. Latihan tidak melibatkan situasi permainan nyata
9. Atlet sulit mengantisipasi bola cepat dan bola rendah
10. Kurang latihan berulang dengan tekanan pertandingan

C. Pembatasan Masalah

1. Variabel terikat yang akan dikaji adalah kemampuan *passing* bawah atlet Viking Bajatara
2. Variabel bebas satu adalah latihan yang akan digunakan, yaitu dengan latihan *drill receive servis*. Variabel bebas dua adalah latihan yang akan digunakan, yaitu dengan latihan *drill dig defend*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu:

1. Apakah terdapat peningkatan kemampuan *passing* bawah setelah diberikan metode latihan *drill receive servis*?

2. Apakah terdapat peningkatan kemampuan *passing* bawah setelah diberikan metode latihan *drill dig defend*?
3. Manakah yang lebih efektif antara metode latihan *drill receive servis* dan *drill dig defend*?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Secara Teoritis

- a. Kajian ini diharapkan dapat menambah wawasan khasanah bagi atlet bola voli dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah dengan metode latihan yang teruji secara ilmiah.
- b. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi pijakan dalam pengembangan metode latihan teknik dasar *passing* bawah, khususnya melalui pendekatan *drill receive servis* dan *drill dig defend*.
- c. Kajian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran bagi dunia kepelatihan bola voli, khususnya dalam memilih metode latihan yang paling efektif untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah.

2. Secara Praktis

- a) Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah atlet bola voli melalui metode latihan yang sistematis dan spesifik.
- b) Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi oleh pelatih dalam merancang program latihan teknik *Passing* bawah berdasarkan perbandingan efektivitas dua metode: *drill receive servis* dan *drill dig defend*.

- c) Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pengetahuan dan pertimbangan praktis bagi sekolah, klub, maupun akademi bola voli dalam mengembangkan pola latihan yang tepat sasaran dan berbasis bukti.



Intelligentia - Dignitas