

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah bentuk aktivitas fisik yang biasanya bersifat kompetitif dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik seseorang serta memberikan hiburan bagi pemain ataupun penonton. Olahraga merupakan aktivitas fisik yang disengaja dan direncanakan mulai dari arah, tujuan, waktu, dan lokasinya. Olahraga dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok. Salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat dan digemari banyak kalangan baik di dunia internasional maupun di Indonesia yaitu cabang olahraga bolavoli (Yuni Astuti, 2018).

Perkembangan olahraga modern menunjukkan peningkatan signifikan dalam partisipasi dan prestasi, khususnya pada cabang olahraga permainan seperti bolavoli. Bolavoli menjadi salah satu olahraga paling populer dengan lebih dari 800 juta pemain aktif di seluruh dunia (FIVB., 2023). Bolavoli juga mengalami perkembangan pesat di Indonesia, baik di tingkat pelajar maupun klub, yang ditandai dengan meningkatnya kompetisi dan pembinaan atlet usia dini. Kondisi ini menuntut adanya peningkatan kualitas latihan untuk menunjang performa atlet, terutama pada teknik dasar dalam permainan (Ricky Bintang Saputra1, 2023).

Permainan bolavoli pada dasarnya harus menguasai teknik dasar yang menjadi faktor kunci keberhasilan tim. Teknik yang sangat penting salah satunya

adalah *passing* atas, yang berfungsi sebagai penghubung utama dalam membangun serangan melalui umpan kepada spiker. *Passing* atas yang tepat akan memudahkan proses penyerangan dan meningkatkan peluang mencetak poin (Khurotul Aini, 2021). Kesalahan dalam *passing* atas dapat mengganggu ritme permainan dan berpotensi menyebabkan kehilangan poin.

Klub bolavoli Matador dalam perkembangannya berperan aktif dalam setiap kegiatan turnamen bolavoli yang diselenggarakan resmi oleh Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI) baik antar klub tingkat daerah maupun nasional. Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI) adalah induk organisasi resmi olahraga bolavoli di Indonesia, yang bertanggung jawab mengelola, mengembangkan, dan mengatur kompetisi bolavoli serta tim nasional. Pada kejuaraan tingkat daerah klub bolavoli Matador berhasil meraih juara dua tahun 2024 yang diadakan oleh PBVSI Ditingkat nasional U-17. Pada tahun 2023 klub bolavoli Matador berhasil meraih juara 4 pada tahun 2023 di kejuaraan nasional. Pada tahun 2025 klub Matador mengikuti kejuaraan piala walikota di tangerang namun kalah di babak penyisihan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa sebagian besar atlet putra Klub Matador masih mengalami kesulitan dalam melakukan *passing* atas dengan tepat. Bola seringkali tidak terarah dengan tepat kepada *setter*, sehingga mengganggu pola serangan yang telah direncanakan. Kesalahan yang paling umum dijumpai dalam *passing* atas antara lain adalah posisi tubuh dan tangan yang tidak tepat, kurangnya fokus atau konsentrasi, serta

kesalahan dalam membaca arah datangnya bola, yang semuanya berujung pada kegagalan *passing* dan terhambatnya pola permainan tim. Kondisi ini menjadi landasan permasalahan nyata yang mendorong peneliti untuk mencari solusi melalui pendekatan latihan yang lebih terstruktur dan terukur (Fajri *et al.*, 2023)

Berdasarkan hasil observasi pada pertandingan piala Walikota di Tangerang yang diikuti atlet putra Klub Matador, diperoleh sebanyak 210 tindakan *passing* atas. Dari jumlah tersebut, 90 kali (42,9%) *passing* atas dilakukan dengan tepat sasaran sehingga memudahkan penyerang dalam melakukan serangan. Sebanyak 50 kali (23,8%) *passing* atas masih kurang akurat sehingga mengurangi efektivitas serangan tim. Sementara itu, 70 kali (33,3%) *passing* atas mengalami kegagalan, seperti bola terlalu rendah, terlalu tinggi, atau tidak dapat dimainkan oleh rekan setim. Hasil observasi tersebut menunjukkan bahwa tingkat keberhasilan teknik *passing* atas atlet putra Klub Matador masih perlu ditingkatkan karena persentase *passing* atas yang belum optimal (57,1%) masih lebih besar dibandingkan *passing* yang benar-benar efektif dalam membangun serangan. Kondisi ini menjadi dasar perlunya program latihan yang berfokus pada peningkatan ketepatan dan konsistensi teknik *passing* atas

Peningkatan ketepatan *passing* atas menjadi salah satu prioritas dalam program latihan bolavoli saat ini (Khurotul Aini, 2021). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *passing* atas atlet, khususnya pada tingkat pemula hingga menengah, masih tergolong rendah. Menurut (Hermaya *et al.*, 2024) menemukan bahwa rendahnya penguasaan teknik *passing* atas disebabkan oleh

kurangnya variasi metode latihan yang efektif, sehingga peningkatan keterampilan atlet tidak optimal. Latihan yang optimal akan menghasilkan performa atlet menjadi lebih baik saat bermain. Metode latihan ini memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas teknik dasar atlet bolavoli.

Metode latihan yang banyak digunakan dalam latihan *passing* atas adalah latihan *passing* atas berpasangan tetapi, di klub matador ini masih jarang diterapkan. Latihan ini memungkinkan adanya interaksi langsung antar pemain sehingga dapat meningkatkan koordinasi, timing, dan kontrol bola. Penelitian oleh (Astuti Cendrawati, 2023) menunjukkan bahwa latihan *passing* atas berpasangan memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bolavoli.

Metode latihan *passing* atas ke dinding juga banyak diterapkan karena bersifat individual dan dapat dilakukan secara berulang dengan intensitas tinggi tetapi, di klub matador ini masih jarang diterapkan. Latihan ini membantu meningkatkan konsistensi sentuhan bola dan kontrol arah *passing*. Menurut (Puput Widodo *et al.*, 2025) menunjukkan bahwa latihan *passing* atas ke dinding secara signifikan meningkatkan kemampuan *passing* atas siswa, dengan hasil uji statistik menunjukkan perbedaan yang bermakna antara pre-test dan post-test.

Meskipun kedua metode latihan tersebut terbukti efektif, perbandingan langsung mengenai efektivitas latihan *passing* atas berpasangan dan latihan *passing* atas ke dinding terhadap ketepatan *passing* atas masih terbatas. Sebagian besar penelitian hanya berfokus pada satu jenis latihan tanpa membandingkan secara

menyeluruh metode latihan yang berbeda dalam satu penelitian (Ilhamdi *et al.*, 2023). Pelatih belum memiliki acuan yang jelas dalam hal ini mengenai metode mana yang lebih efektif untuk meningkatkan ketepatan *passing* atas. Kemampuan ini tentunya harus ditunjang dengan teknik yang baik dari pemain lain karena untuk melakukan *passing* harus memiliki ketepatan dan gerakan yang baik untuk mendapatkan serangan yang sempurna (Argantara *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian terdahulu, terdapat kesenjangan penelitian (research gap), yaitu belum banyak penelitian yang secara spesifik membandingkan efektivitas latihan *passing* berpasangan dan latihan *passing* ke dinding terhadap ketepatan *passing* atas pada atlet klub, khususnya pada kategori atlet putra. Selain itu, sebagian penelitian masih berfokus pada konteks sekolah atau ekstrakurikuler, sehingga hasilnya belum tentu dapat disamaratakan pada pembinaan klub (Ricky Bintang Saputra¹, 2023)

Peneliti bertujuan mengadakan penelitian dengan judul “Efektivitas Latihan *passing* atas Berpasangan Dan Latihan *passing* atas Ke Dinding Terhadap Ketepatan *Passing* Atas Bolavoli Atlet Putra Klub Matador” ini menjadi penting dilakukan untuk mengetahui metode latihan yang lebih efektif dalam meningkatkan ketepatan *passing* atas bolavoli. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara akademik dalam pengembangan ilmu kepelatihan olahraga, baik secara praktis menjadi acuan bagi pelatih dalam merancang program latihan yang lebih efektif dan efisien, khususnya bagi atlet putra klub Matador.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan, ditemukan beberapa permasalahan dalam pelaksanaan teknik *passing* atas bolavoli, yaitu:

1. Ketepatan *passing* atas masih rendah, ditandai dengan arah bola yang belum sesuai dengan target yang diinginkan.
2. Posisi tubuh saat melakukan *passing* atas belum optimal, seperti sikap kaki dan tangan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh yang kurang tepat.
3. Teknik penerimaan bola masih kurang baik, khususnya bola yang diterima terlalu rendah atau timing yang belum pas sehingga mengganggu proses pengumpanan.
4. Latihan yang dilakukan belum sepenuhnya mampu memperbaiki kesalahan teknik *passing* atas, terutama dalam hal ketepatan, posisi tubuh, dan penerimaan bola.
5. Kurangnya latihan *passing* berpasangan dalam meningkatkan ketepatan *passing* atas
6. Kurangnya latihan *passing* ke dinding dalam meningkatkan ketepatan *passing* atas
7. Efektivitas latihan *passing* atas berpasangan dan latihan *passing* atas ke dinding terhadap ketepatan *passing* atas bolavoli atlet putra klub Matador

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat batasan permasalahan. Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi dan hanya berfokus pada efektivitas latihan *passing* atas berpasangan dan latihan *passing* atas ke dinding terhadap ketepatan *passing* atas bolavoli atlet putra klub Matador.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah metode latihan *passing* atas berpasangan dapat meningkatkan ketepatan *passing* atas bolavoli atlet putra klub Matador?
2. Apakah metode latihan *passing* atas ke dinding dapat meningkatkan ketepatan *passing* atas bolavoli atlet putra klub Matador?
3. Manakah yang lebih efektif antara metode latihan *passing* atas berpasangan dan *passing* atas ke dinding terhadap ketepatan *passing* atas bolavoli atlet putra klub Matador?

E. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, pembatasan, dan perumusan masalah, penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Mengetahui metode yang lebih baik antara metode latihan *passing* atas berpasangan dan metode latihan *passing* atas ke dinding terhadap peningkatan ketepatan *passing* atas bolavoli atlet putra klub Matador
2. Memberikan sumbangan pengetahuan kepada pengajar, pembina, dan pelatih tentang metode latihan yang baik untuk meningkatkan ketepatan *passing* atas.
3. Dapat menjadi bahan referensi khususnya bagi pembina dan pelatih bolavoli dalam menerapkan metode latihan, sehingga lebih efektif dan efisien.

