BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu wadah untuk meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas. Olahraga tidak hanya dilakukan untuk kesehatan dan kesegaran jasmani saja, tetapi juga sebagai ajang untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya sehingga dapat memambanggakan daerah maupun bangsa. Hal ini sesuai berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Bab 2 Pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional sebagai berikut:

> Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan kehormatan bangsa.

Prestasi olahraga dapat dicapai melalui pengembangan dan pembinaan. Pembinaan olahraga tersebut bisa dilakukan di sekolah, di perguruan tinggi maupun di perkumpulan (*Club*) yang merupakan wadah bagi atlet-atlet berbakat dan menggemari cabang olahraga tertentu. Untuk itu, pembinaan di bidang olahraga perlu di perhatikan dalam upaya pembentukan watak manusia yang mempunyai kepribadian yang berdisiplin tinggi serta memiliki sikap sportif.

Dari sekian banyak cabang olahraga yang ada saat ini, salah satu yang harus mendapat perhatian dan pembinaan yaitu cabang olahraga bola voli. Bola voli merupakan olahraga beregu yang menuntut kerjasama tim untuk memperoleh kemenangan. Olahraga bola voli merupakan salah satu olahraga yang populer di tengah masyarakat, mudah dipelajari, melibatkan banyak orang

dan bisa dimainkan dimana saja.

Menurut Ahmadi (2007:20), teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis (*Service*), *Passing* bawah, *Passing* atas, *Block* (bendungan), dan *Smash* (*Spike*). Semua gerakan teknik ini mempunyai fungsi dan tujuan yangberbeda dalam pelaksanaannya. Salah satu teknik yang perlu dikuasai oleh atlet bolavoli adalah *Smash*. *Smash* sangat berperan penting sebagai serangan utama dalam permainan bolavoli dalam upaya memperoleh angka atau poin di samping menguasai teknik dasar lainnya. *Smash* adalah pukulan bola di atas net, dimana jalannya bola menukik atau tajam. *Smash* yang dilakukan sebaiknya keras dan terarah, sehingga sulit diantisipasi oleh lawan setidaknya mengacaukan pertahanan lawan dalam membangun serangan. Keterampilan *Smash* dalam permainan bola voli sangat penting, karena keberhasilan suatu regu dalam memperoleh kemenangan sebagian besar ditentukan oleh *Smash* yang baik.

Keterampilan *Smash* didukung dari beberapa komponen kondisi fisik seperti daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kelentukan togok, koordinasi mata tangan. Beberapa komponen kondisi fisik tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan dalam pelaksanaan *Smash*. Daya ledak otot tungkai berperan dalam melakukan *Smash* agar menghasilkan lompatan yang tinggi sehingga bola dapat dipukul dengan maksimal di atas net. Daya ledak otot lengan berperan dalam melakukan *Smash* agar pukulan yang dilakukan keras dan sulit di *Block* lawan. Kelentukan togok berperan dalam melakukan Smash agar *Power* yang dikerahkan dapat maksimal. Koordinasi

mata tangan berperan dalam melakukan *Smash* agar pukulan dapat diarahkan ke area yang sulit dijangkau pemain lawan. Semakin tinggi tingkat kelentukan togok yang dimiliki pemain, maka semakin besar pula *Power* yang dihasilkan. Kelentukan yang baik dapat mempermudah untuk mempelajari teknik-teknik yang sulit, selain itu kelentukan memperindah gerakan, mengurangi terjadinya cedera dan mempertinggi mutu kelincahan berarti kelentukan juga dapat mempertinggi keterampilan dalam melakukan keterampilan *Smash* pada olahraga bola voli.

Dalam hal mendapatkan keterampilan *Smash* yang baik, maka unsur daya ledakotot tungkai dan kelentukan togok menjadi hal yang mutlak harus dimiliki setiap pemain bola voli, terlebih lagi bagi pemain yang berposisi sebagai *Smasher*. Daya ledak otot tungkai akan memainkan perannya disaat seorang pemain melakukan lompatan. Sedangkan kelentukan togok memiliki peran untuk menambah dan meningkatkan *Power* saat melakukan *Smash.*

Bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX merupakan salah satu klub yang ada di kabupaten Lima Puluh Kota yang sedang giat-giatnya melakukan pembinaan guna mencapai prestasi. Adapun kejuaraan dan prestasi yang telah diperoleh bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX antara lain, juara III antar klub Sumbar-Riau pada tahun 2015, juara III kejuaraan daerah pada tahun 2017. Kemudian, kejuaraan daerah pada tahun 2019 bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX gagal memperoleh prestasi. Selain itu, prestasi bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX terlihat menurun dari beberapa turnamen yang dibuka umum se- kabupaten Lima Puluh Kota.

Berdasarkan observasi dan informasi dari pelatih bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX, bahwa faktor penting penyebab menurunnya prestasi pemain adalah keterampilan *Smash* yang dimiliki masih rendah. Dilihat dari evaluasi hasil latihan maupun pertandingan, dimana *Smash* yang mudah dibendung (*Block*) oleh pemain lawan, bola yang tidak melewati/mengenai net atau keluar lapangan permainan. Kemudian, *Smash* yang dilakukan masih kurang keras, sehingga mudah diantisipasi oleh pemain lawan dan kurangnya koordinasi gerakan saat melakukan *Smash,* sehingga jangkaun pemain saat melakukan *Smash* tidak maksimal. Berdasarkan hal tersebut, penulis menduga bahwa rendahnya keterampilan *Smash* yang dimiliki pemain dipengaruhi oleh komponen kondisi fisik berkenaan dengan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok. Apalagi belum adanya dilakukan tes dan pengukuran mengenai daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok yang dimiliki oleh pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX.

Daya ledak otot tungkai sangat menentukan dalam melakukan lompatan terutama dalam keterampilan *Smash.* Lompatan yang tinggi, maka pukulan bola dapat dicapai pada titik tertinggi, sehingga mudah dalam penempatan bola saat melakukan *Smash.* Kelentukan togok juga merupakan faktor penunjang dalam melakukan *Smash,* karena dengan kelentukan togok maka *Smash* yang dilakukan akan maksimal serta dapat mengerahkan tenaga saat melakukan *Smash*. Sebagaimana yang telah dijelaskan, bahwa kedua unsur kondisi fisik tersebut harus dimiliki oleh seorang pemain bola voli untuk menunjang kinerja dalam melakukan *Smash* dengan baik dan efisien sehingga menghasilkan poin

atau angka.

Dari permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut berkenaan dengan hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok terhadap keterampilan *Smash* bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai korektif dimasa akan datang sehingga keterampilan *Smash* bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX dapat ditingkatkan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX, sehingga dapat diidentifikasi masalah :

1. Daya ledak otot tungkai
2. Daya ledak otot lengan
3. Kelentukan togok
4. Koordinasi mata-tangan
5. Perkenaan bola dengan tangan
6. Postur tubuh

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi penelitian ini pada lingkup :

1. Daya ledak otot tungkai
2. Kelentukan togok
3. Keterampilan *Smash*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX ?
2. Apakah terdapat hubungan kelentukan togok terhadap keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX ?
3. Apakah terdapat hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok secara bersama-sama terhadap keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX.
2. Untuk mengetahui hubungan kelentukan togok terhadap keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX.
3. Untuk mengetahui hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok secara bersama-sama terhadap keterampilan *Smash* pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bung Hatta.
2. Sebagai masukan bagi pelatih bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX untuk meningkatkan keterampilan *Smash* atlet berkenaan dengan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok.
3. Sebagai masukan bagi pemain bola voli *Club* Gestu Kecamatan Kapur IX agar meningkatkan keterampilan *Smash* berkenaan dengan daya ledak otot tungkai dan kelentukan togok.
4. Sebagai bahan bacaan dan referensi dalam mengembangkan penelitian sejenis.