

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu bidang yang telah berkembang pesat diseluruh lapisan masyarakat indonesia dan juga dinegara-negara lainya di dunia, tanpa membeda bedakan agama,usia,negara maupun aliran politik. olahraga bukan lagi Cuma berfungsi untuk menuju hidup sehat jasmani, tapi sekarang olahraga sudah menjadi salah satu profesi yang menjajikan dan dapat menjadi mata pencarian bagi seorang olahragawan yang beprestasi.

Pencapaian prestasi dalam olahraga bukanlah pekerjaan yang mudah,dibutuhkan usaha yang maksimal untuk mencapai prestasi tersebut. Oleh karena itu, untuk mencapai dan menigkatkan prestasi dalam olahraga perlu pembinaan dan pengembangan olahragawan secara terencana,berjenjang,dan berkelanjutan oleh pelatih, pemerintah, masyarakat dan organisasi lainya. hal tersebut sesuai dengan undang-undang republik indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional,pasal 27 ayat 1-4 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi yaitu:

1. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada peringkat daerah nasional,dan internasional

2. Pembinaan olahraga dan pengembangan olahraga prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat 1 dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga, baik pada tingkat pusat maupun pada tingkat daerah
3. Pembinaan dan pengembangan prestasi bagaimana dimaksud pada ayat 1 dan ayat 2 dilakukan oleh pelatih yang memiliki kualifikasi dan sertifikat, kompetensi yang dapat dibantu oleh tenaga keolahragaan dengan pendekatan ilmu pengetahuan dan teknologi
4. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Bola voli yang muncul dikalangan masyarakat. hampir disetiap kecamatan, kabupaten maupun kota ada lapangan bola voli dan pertandingan-pertandingan bola voli pun sering diadakan 2 bulan sekali, seperti pertandingan antar club, kota dan kabupaten masing-masing tim pasti menginginkan prestasi terbaik untuk atlet-atletnya.

Untuk mencapai prestasi yang baik dalam olahraga bola voli dibutuhkan pembinaan, sarana dan prasarana, ketekunan dan kemauan yang kuat, penguasaan teknik dan taktik, mental yang kuat, dan pengalaman latihan maupun pertandingan yang cukup lama seperti yang dikemukakan Harsono (2004:177). Prestasi tergantung perencanaan yang *well-organized* dan yang di dasarkan pada prinsip dan metodologi pelatih yang benar.

Ada beberapa teknik permainan bola voli yaitu *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *block* salah satu teknik yang dominan digunakan pemain untuk menyerang atau mematikan bola ke daerah lawan adalah dengan teknik *smash*. Menurut pranatahadi (2007:31) *smash* adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jaring net sehingga mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikannya.

Selain teknik *smash*, teknik *blok* (bendungan) juga membutuhkan lompatan yang tinggi. Menurut (yunus,1992:109) "*blocking* ialah teknik menutup laju bola pada saat bola berada di atas net. Dengan tujuan mengembalikan bola secara langsung ke daerah permainan lawan. Untuk dapat melakukan *smash* dan *block* yang baik dalam permainan bola voli. *Block* ialah melompat tinggi dekat jaring net dalam usaha menahan /memantulkan bola yang *dismash* oleh lawan. Untuk dapat melakukan *smash* dan *block* yang baik dalam permainan bola voli. seseorang pemain harus mempunyai lompatan yang baik.

Defence adalah seorang pemain dapat digolongkan berani terjun dalam permainan dengan penuh keberanian dan ketabahan, sudah memperkembangkan kemampuannya untuk menahan dan mengimbangi *smash-smash* pihak lawan. *Passing* juga di butuhkan seorang dalam permainan bola voli. *Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman seregunya untuk dimainkan sendiri.

Oleh karena itu atlet harus mempunyai lompatan yang baik dalam cabang olahraga bola voli sangat penting dimiliki dan ditingkatkan oleh setiap pemain

dalam permainan bola voli untuk melakukan smash yang tepat sasaran dalam permainan bola voli untuk mencari point .

Berdasarkan pengamatan penulis, klub bola voli di kabupaten kerinci salah satunya klub bola voli mitra jaya yang merupakan salah satu klub bola voli yang terletak di koto tengah yang dibina oleh pelatih yang bernama Reza Okta putra. klub mitra jaya ini berdiri pada tanggal 6 januari 2007 di dirikan oleh Yosi irawan, prestasi 10 tahun terakhir pada klub mitra jaya ini sangat baik, klub mitra jaya pernah menjadi juara bupati cup kabupaten kerinci pada tahun 2013. Dan menjadi juara-juara antar desa di kecamatan kayu aro. Tetapi pada saat sekarang ini prestasi pada klub mitra jaya menurun, hal ini dapat di lihat pada saat sekarang ini tidak pernah juara lagi, kurangnya pengalaman dari pelatih tentang latihan *jump to box* dan *knee tuck jump*.

Faktor yang menjadi permasalahan tersebut adalah sebagai berikut:

- Kurangnya lompatan atlet bola voli mitra jaya kerinci.
- Banyaknya pemain bola voli club mitra jaya kerinci yang kesulitan untuk mengarahkan bola ke tempat sasaran yang lebih tepat untuk mencari point saat bertanding.
- Kurangnya variasi latihan, monoton.

Klub mitra jaya kerinci ini rutin melaksanakan latihan setiap hari selasa dan jum'at latihan di mulai jam 15:30 WIB. Sedangkan pada hari minggu latihan di mulai dari jam 07.00 WIB. Klub mitra jaya dalam pembinaan sudah dilakukan secara bertahap dan secara pelaksanaannya masih banyak pemain yang mengalami

kesulitan dalam melakukan lompatan *vertical*, dalam melakukan *smash*, lompatan pemain masih kurang tinggi dan masih banyak pemain dalam melakukan *smash* bola tidak mampu menyebrang dari net, dan bola tidak tepat sasaran pada daerah lapangan atau keluar dari lapangan permainan bola voli. Hal tersebut di karenakan lompatan pemain tersebut kurang tinggi sehingga untuk mengarahkan bola ke tempat sasaran yang lebih tepat untuk mencari point disaat bertanding pemain banyak yang kurang bisa.

Latihan fisik sangat di butuhkan untuk melakukan lompatan seperti *smash* (penyerangan), *blocking* (bertahan) service. Para pelatih berupaya mempersiapkan bentuk latihan yang akan di terapkan guna melatih tingginya lompatan. Lompatan dapat dilatih dengan latihan *jump to box*, *knee tuck jump*, *lateral hurdle jump*, *skipping*, *ring jump*, *depth jump* yang belum optimal.

Dari faktor-faktor rendahnya lompatan atlet klub mitra jaya kerinci, peneliti memilih tiga bentuk latihan yaitu latihan *jump to box*, *knee tuck jump* dan *drill smash* sasaran. Karena dengan latihan tersebut akan memperoleh kegunaan yang sangat banyak dalam melakukan lompatan. Melihat permasalahan yang di atas terjadi, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “ Pengaruh Latihan *Jump To Box*, *Knee Tuck Jump* dan *Drill Smash* Sasaran Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Bola Voli Klub Mitra Jaya Kabupaten Kerinci“

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan, maka identifikasi masalah yaitu :

- a. Kurangnya lompatan atlet bola voli klub mitra jaya kerinci
- b. Banyaknya pemain bola voli klub mitra jaya kerinci yang kesulitan untuk mengarahkan bola ke tempat sasaran yang lebih tepat untuk mencari point saat bertanding
- c. Kurangnya pelatih menerapkan metode latihan *jump to box*, *knee tuck jump* dan *drill smash* sasaran

1.3 Batasan Masalah

Penelitian Ini Hanya Membahas Pengaruh *Jump To Tox*, *Knee Tuck Jump* dan *drill smash* sasaran Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bola Voli Klub Mitra Jaya Kerinci.

1.4 Definisi Operasional

- a. *jump to box* adalah latihan melompat ke atas kotak balok kemudian melompat turun kembali ke belakang seperti sikap awal dengan menggunakan tungkai secara bersama-sama.
- b. *Knee tuck jump* jika diartikan yaitu lompat tanpa rintangan dengan cara melipat lutut pada saat melompat dimana maksudnya adalah melompat dengan dua kaki dan menarik lutut ke dada sehingga kedua lutut menekuk atau menjepit.

- c. *Drill* adalah suatu kegiatan melakukan hal yang sama, dengan tujuan untuk memperkuat suatu asosiasi atau menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi bersifat parmanen.
- d. *smash* adalah bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai dalam suatu tim.
- e. Menurut suharno HP (1981: 32), bahwa ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan sesuatu gerakan ke sesuatu sasaran sesuai dengan tujuannya.

1.5 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah, “apakah ada pengaruh latihan *jump to box*, *knee tuck jump* dan *drill smash* sasaran terhadap ketepatan smash atlet bola voli klub mitra jaya kabupaten kerinci ? ”

1.6 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *jump to box*, *knee tuck jump* dan *drill smash* sasaran terhadap ketepatan atlet bola voli klub mitra jaya kabupaten kerinci

1.7 Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini,peneliti mengharapkan manfaat yang akan diperoleh diantaranya:

- a. bagi pelatih

1. Dapat meningkatkan prestasi pemain bola voli mitra jaya kerinci

2. Dapat dijadikan gambaran atau bahan sebagai pemberian latihan tentang ketepatan *smash*.

b. bagi peneliti

menambah ilmu pengetahuan dalam cabang olahraga bola voli, khususnya tentang latihan *jump to box*, *knee tuck jump* dan *drill smash* sasaran terhadap ketepatan *smash*

c. bagi pemain

untuk mengetahui seberapa tinggi kemampuan lompatan mereka, sehingga bisa menjadi patokan untuk menambah latihan *jump to box*, *knee tuck jump* dan *drill smash* untuk memperoleh ketepatan *smash* yang baik.