

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga pada zaman *modern* seperti sekarang ini telah mengalami perkembangan di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Kesadaran akan pentingnya kesehatan mendorong manusia untuk terus melakukan penelitian-penelitian di bidang kesehatan olahraga. Teknologi yang semakin berkembang menjadi salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam olahraga modern. Fasilitas sarana olahraga yang semakin baik membuat masyarakat semakin gemar melakukan kegiatan olahraga untuk menjaga kesehatan dan kebugaran. Selain bertujuan untuk kesehatan dan kebugaran, olahraga juga dijadikan perlombaan peraih prestasi. Olahraga prestasi dipertandingkan dalam berbagai cabang olahraga seperti bola voli, sepak bola, bola basket, renang dan lain-lain.

Bola voli adalah salah satu cabang olahraga prestasi yang sangat digemari oleh masyarakat. Untuk meraih prestasi yang maksimal di cabang olahraga bola voli maka harus dilakukan pemanduan bakat sejak usia dini agar potensi yang ada pada diri anak dapat berfungsi secara optimal. Melalui klub bola voli dengan bimbingan dan arahan pelatih yang baik maka diharapkan melahirkan atlet-atlet berprestasi.

Permainan bola voli dikenal masyarakat Indonesia sejak tahun 1928. Ide permainannya adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangi permainan dengan mematikan bola itu di daerah lawan. Dalam permainan bola voli dikenal berbagai teknik dasar yang meliputi teknik *service*, umpan (*set-up*), *passing*, *block*

(bendungan) dan *smash (spike)*. Teknik dalam permainan bola voli merupakan faktor yang sangat penting, sebagaimana bahwa penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalah nya suatu regu dalam suatu pertandingan disamping unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Gerak atau Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal.

Salah satu gerak yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah *smash*. *Smash* merupakan teknik yang memiliki peluang lebih besar untuk mendapatkan angka dibandingkan teknik lainnya. Selain itu, *smash* merupakan teknik yang lebih disukai atlet ataupun penonton saat menyaksikan pertandingan bola voli. *Smash* adalah tindakan memukul bola ke bawah dengantengaga penuh, biasanya meloncat ke atas, masuk ke bagian lapangan lawan. Teknik gerak *smash* digunakan untuk mematikan atau merusak permainan lawan. Dibagi menjadi 4 bagian: (1) Menurut arah bola, (a) *Smash* silang (*cross spike*), (b) *Smash* lurus (*straight smash*). (2). Menurut macam *set-up*, (a) *Open smash* (*smash* normal), (b) *Smash* lurus, (c) *Quick smash* (*pull smash*), (d) *Lob straight smash*. (3). Menurut awalan, (a) Tanpa awalan, (b) Dengan awalan, (c) Dengan satu kaki, (d) Dengan dua kaki. (4) Menurut kurve bola, (a) *drive smash*, (b) *top spin smash*, (c) *lob smash*.

Teknik gerak *smash* adalah teknik paling sulit dan memiliki gerakan yang kompleks sehingga teknik gerak *smash* harus dilatihkan pada atlet sejak dini karena pada usia dini merupakan tahap yang rentan dengan kesalahan gerak.

Bimbingan dari pelatih secara baik harus dilakukan untuk mengoptimalkan teknik atlet. Atlet yang telah lama terbiasa dengan gerakan *smash* yang salah akan sulit diperbaiki dan dapat menghambat pencapaian prestasi maksimal. Berbagai anggapan yang paling penting dalam pelaksanaan *smash* adalah menghasilkan angka atau tidak. Penggunaan teknik dengan benar merupakan proses penting dalam pelaksanaan *smash* karena secara biomekanika gerakan lebih efektif, efisien dan aman sehingga lebih mudah dalam memukul bola.

Smash merupakan teknik bermain bola voli yang diajarkan atau dilatihkan kepada setiap atlet atau siswa yang belajar bermain bola voli pada mata pelajaran olahraga di sekolah maupun di klub-klub bola voli. Dalam kegiatan belajar maka harus ada penilaian untuk mengetahui hasil belajar atau berlatih yang telah ditempuh juga berguna untuk membedakan tingkat kemampuan pada anak latih. Penilaian dalam proses belajar sangat penting karena dengan mengetahui tingkat kemampuan yang dimiliki anak latihnya pelatih dapat menentukan materi latihan yang sesuai pada tingkat kemampuan anak latih tersebut. Sesuai dengan prinsip latihan yang bertahap dan selalu ditingkatkan dari yang mudah ke tahap yang lebih sulit.

Penonton sangat tertarik terhadap permainan yang dapat melakukan *smash-smash* keras. Meskipun di gerak lain seperti menerima service, bertahan terhadap *smash*, blok sangat lemah, tapi jika sudah dapat *smash* keras, oleh penonton akan dianggap pemain yang baik. Seorang yang dapat melakukan *smash* keras, sering merasa bahwa *smash* selalu dapat membunuh lawan, akhirnya *smash* yang gagal berkali-kali akan dilupakan. Berlatih *smash* tidak boleh meniru begitu saja *smasher* yang sudah jadi. Pada *smasher* yang sudah

matang, biasanya ketika akan melakukan *smash* atau memukul bola lengan sedikit ditekuk pada siku. Atlet pemula jika berlatih dengan siku ditekuk, maka jadinya siku akan sangat ditekuk. Memukul bola dengan siku ditekuk akan sangat rugi, karena gerak anguler lengan atas dan lengan bawah tidak dapat saling mendukung, sehingga kerasnya pukulan berkurang. Gerak dasar yang benar akan sangat menentukan prestasi selanjutnya. Beberapa teknik gerak pada *smash* yang sangat merugikan sering tidak akan dapat di ubah.

Kemampuan *smash* dalam permainan bola voli adalah kebutuhan mutlak yang dimiliki oleh setiap pemain tingkat tinggi, karena pukulan *smash* sangat dibutuhkan pemain guna melakukan serangan ke daerah lawan untuk mematikan dan mendapatkan poin. Semakin keras dan terarah pukulan *smash* yang dilakukan maka semakin besar kemungkinan untuk mendapatkan poin.

Teknik gerak *smash* merupakan serangkaian gerak yang sulit dilakukan karena seorang *smasher* harus bisa untuk mengkoordinasikan gerakan. Pemain harus mampu memprediksikan kapan waktu yang tepat untuk, bergerak mendekati bola, melompat yang tinggi, memukul bola dengan keras, dan pada saat yang sama mencoba untuk menempatkan arah bola ke tempat tertentu, itu adalah keterampilan yang spektakuler. Pukulan *smash* bervariasi dilakukan oleh hampir setiap pemain dengan keterampilan masing-masing, namun banyak penelitian telah dibuat dari keterampilan ini dan ada tindakan tertentu yang harus dilakukan untuk mencapai kerasnya pukulan *smash*. Awalan bergerak pelan dan langkah akhir yang panjang dan di akhiri dengan loncatan dua kaki adalah prosedur yang dianjurkan untuk memulai gerakan yang benar.

Dari pengamatan bagaimana pelatih melakukan penilaian kemampuan *smash* kepada anak latihnya, masih ditemukan penilaian gerak *smash* yang berbeda dari masing-masing pelatih. Pelatih selain memiliki kemampuan bagus dalam gerak dan strategi juga harus mampu dalam mengevaluasi keterampilan. Penilaian gerak *smash* melalui evaluasi dari pelatih diharapkan dapat membantu atlet dalam memperbaiki gerak yang salah. Mengubah atau memperbaiki gerak atlet yang sebelumnya berlatih teknik dan gerak yang salah merupakan salah satu dari tantangan tersulit yang dihadapi pelatih. Pelatih harus mampu mengoreksi keterampilan atlet melalui pengamatan secara langsung. Pentingnya kemampuan analisis bagi pelatih untuk mengetahui setiap tujuan gerak sehingga hasil gerak *smash* secara efektif, efisien dan aman dapat tercapai.

Peneliti pernah melaksanakan latihan di klub bola voli Armada Kabupaten Muaro Jambi. Selama latihan peneliti mengamati pelaksanaan latihan atlet bola voli Armada Kabupaten Muaro Jambi. Latihan di klub bola voli Armada dalam setiap pertemuan sesi latihan porsi untuk latihan *smash* lebih banyak dibandingkan latihan teknik lainnya. Latihan fisik yang diberikan kepada atlet juga lebih mengarah untuk meningkatkan kualitas gerak *smash* terutama peningkatan kekuatan otot perut, power tungkai dan lengan. Minat atlet untuk berlatih *smash* sangat tinggi karena menurut atlet gerak *smash* menjadi awal ketertarikan terhadap olahraga bola voli.

Atlet berpendapat *smash* yang bagus adalah *smash* dengan pukulan keras dan tajam. Kecenderungan memukul bola dengan keras dan tajam menyebabkan atlet kurang memperhatikan gerakan *smash* yang efektif, efisien dan aman sehingga dikawatirkan sulit untuk mencapai prestasi maksimal. Untuk

membenahi kesalahan gerak *smash* pelatih harus mengevaluasi setiap tahapan gerakan *smash* di klub bola voli Armada Kabupaten Muaro Jambi. belum diteliti bagaimana Analisis gerak *smash* masing-masing atletnya.

Dari pembahasan di atas, penulis tertarik untuk meneliti mengenai analisis gerak *smash* bola voli pada atlet klub armada kabupaten muaro jambi. Diharapkan anak latih mengetahui dan mampu memahami indikator-indikator atau format *smash* yang benar.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Masih banyak atlet yang belum dapat melakukan gerak *smash* dengan benar.
2. Masih banyak atlet yang belum mengetahui teknik *smash* yang benar.
3. Perlu dibuat suatu tes untuk menganalisa gerak yang benar dalam melakukan *smash*.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan berbagai identifikasi masalah di atas, guna mencegah perluasan penafsiran pada permasalahan yang akan dikaji mengingat teknik dasar dalam permainan bola voli ada lima macam, yaitu teknik *pass* atas, *pass* bawah, *smash*, *service* dan *block* atau bertahan. Dalam penelitian ini peneliti hanya memfokuskan pada analisis gerak *smash* pada atlet klub armada.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan, yaitu “Bagaimana analisis gerak *smash* bola voli pada klub ARMADA Kabupaten muaro jambi?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini, yaitu untuk menganalisa gerak *smash* bola voli pada klub ARMADA Kabupaten muaro jambi.

1.6 Manfaat Penelitian

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

3.1 Manfaat Teoritis

Agar dapat digunakan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya bagi para pemerhati peningkatan prestasi bola voli maupun se-profesi dalam membahas peningkatan teknik *smash* atlet. Bahan referensi dalam memberikan materi latihan kepada atlet di lingkungan tempat latihan ARMADA.

3.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pihak Pelatih

Agar dapat dijadikan sebagai masukan dalam memberikan materi latihan dan peningkatan teknik *smash*.

b. Bagi Atlet

Pembetulan terhadap teknik *smash* yang salah sehingga kemampuan *smash* pada atlet akan meningkat.

c. Bagi Peneliti

Mengembangkan teori-teori yang hasilnya bisa berguna bagi pelatih, atlet, dan pihak-pihak yang terkait dengan prestasi bola voli.