

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia olahraga dikenal berbagai macam cabang olahraga, salah satunya adalah cabang bola voli. Bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dan dipisahkan oleh sebuah jaring atau net (Nasuka 2019:1). Menurut Tapo dalam (Zauharudin et al., 2023) bahwa Olahraga voli merupakan olahraga kompetitif dan sebuah olahraga rekreasi yang paling sukses dan populer di dunia. Permainan menggunakan bola dengan ukuran tertentu. Setiap regu memainkan bola dengan menyeberangkan bola ke daerah lawan menggunakan cara-cara yang sah.

Permainan bola voli adalah salah satu olahraga prestasi yang lahir dari olahraga rekreasi (Nasuka, 2019:1). Permainan bola voli menjadi salah satu cabang olahraga permainan yang dikenal oleh seluruh lapisan masyarakat baik laki-laki maupun perempuan, baik muda, dewasa hingga orang tua, baik antar kampung hingga tingkat mendunia. Olahraga yang lahir di Inggris pada abad 18 ini sangat populer pada awal abad 19 dan dimainkan oleh hampir seluruh masyarakat dunia. Saat ini permainan bola voli sudah menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam kompetisi resmi tingkat dunia. Permainan bola voli juga telah berkembang menjadi cabang lain yaitu bola voli pantai.

Permainan bola voli diciptakan pada tahun 1885 oleh William G. Morgan, dia adalah seorang pembina dalam pendidikan jasmani pada suatu asosiasi pemuda bernama, Young Men Christian Association (YMCA) di kota Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. Awal mula nama permainan ini adalah "*minotte*" yang permainan ini mirip dengan permainan badminton, dan permainan ini mulanya dimainkan oleh banyak orang, tidak terbatas sesuai dengan tujuan semula yaitu: untuk mengembangkan kesegaran jasmani para buruh disamping mereka juga bersenam massal. William G. Morgan kemudian melanjutkan idenya untuk mengembangkan permainan tersebut agar mencapai cabang olahraga yang dipertandingkan. Nama permainan kemudian menjadi "*volley ball*" yang artinya kurang lebih mem-*volley* bola berganti-ganti.

Teknik dasar bermain bola voli sebenarnya bukan gerakan yang sulit dan bisa dimainkan oleh hampir setiap orang. Teknik ini mudah dipelajari dan dipraktikkan tanpa harus memenuhi syarat yang rumit, tetapi untuk mencapai tingkat keterampilan teknik yang tinggi memerlukan bakat dan latihan yang keras. Menurut Dieter Beutelstahl (Mulyadi dan Pratiwi, 2020:17) Menjelaskan bahwa ada enam jenis persentuhan bola, sehingga muncul enam jenis teknik dasar yaitu *servis*, *dig*, *attack(smash)*, *volley*, *block*, dan *defence*.

Smash adalah suatu tindakan memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola bisa memasuki lapangan lawan (Mulyadi dan Pratiwi, 2020:17). Bermain dengan harapan tidak bisa dibendung oleh regu lain sebagai lawan dalam permainan, sehingga bisa meraih poin. Tindakan ini dilakukan ketika bola sedang melambung diatas net baik yang dihasilkan dari umpan atau *passing* teman sepermainan atau bola yang berasal dari arah lawan yang dimanfaatkan untuk melakukan pukulan keras. Dalam istilah lain *smash* dapat disamakan dengan *spike*. *smash* merupakan suatu teknik dalam permainan bola voli dan salah satu jenis teknik pukulan yang sangat efektif menghasilkan angka/poin dibanding dengan teknik-teknik yang lain. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Beutelstahl bahwa *smash* merupakan keahlian yang esensial, cara yang termudah untuk memenangkan angka (Mulyadi dan Pratiwi, 2020:18). Menurut Robinshon (Pranopik, 2017). Salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah smash. Smash adalah tindakan memukul bola ke bawah dengan tenaga penuh, biasanya meloncat ke atas, masuk ke bagian lapangan lawan. *Smash (spike)* merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha membuat kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan dalam permainan bola voli yang gemilang dalam melakukan *smash* diperlukan raihan yang tinggi atau kemampuan meloncat yang tinggi, serta power otot lengan yang baik. *Smash* merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan yang komplek yang terdiri dari Langkah awalan, Tolakan untuk meloncat, Memukul bola saat melayang diudara, Saat mendarat kembali setelah memukul bola Dilihat dari pengertiannya, *smash* dapat di definisikan sebuah cara memainkan bola secara efektif dan efisien untuk mendapatkan hasil optimal, tapi tetap perpegang pada peraturan permainan yang telah ditetapkan. (Mulyadi dan Pratiwi 2020:18).

Permainan bola voli merupakan permainan dengan pergerakan yang kompleks. Permainan ini melibatkan banyak otot dalam pergerakannya (Nasuka, 2019:39). Otot-otot tersebut memegang peran secara bersamasama dan sinergis sehingga menghasilkan gerak

permainan yang harmonis. Keharmonisan kerja otot dalam permainan bola voli juga harus dapat dipertahankan sejak dari awal permainan sampai akhir. Dalam permainan bola voli, komponen kondisi fisik yang memegang peranan penting dalam bola voli yaitu, kekuatan, daya tahan, daya ledak otot tungkai, kecepatan, kelenturan dan kelincahan. Karena ciri permainan bola voli gerakan harus dilakukan dengan cepat dan tepat, agar gerakan yang dilakukan dan hasil pukulan keras, maka atlet harus mengkontraksikan ototnya semaksimal mungkin secara eksplosif, Setiap atlet perlu memiliki komponen-komponen kondisi fisik yang prima, agar mampu mempertahankan dan meningkatkan prestasi. Hal tersebut ditunjang dari panjang lengan tinggi badan dan kekuatan otot tungkai tungkai yang baik. Sehingga antropometri dapat dijadikan rujukan pada pengukuran bentuk fisik yang berbeda setiap individu.

Menurut Erianti (Hendriani dan Donie, 2019), “dalam usaha meningkatkan prestasi atlet, khususnya pemain bolavoli, perlu ditingkatkan unsur-unsur kondisi fisik, teknik, taktik, kematangan mental, kerjasama, dan kekompakan serta pengalaman dari bertanding”. sedangkan Berdasarkan observasi dan wawancara kepada pelatih ekstrakurikuler bola voli yang telah di lakukan pada hari Sabtu tanggal 14 April 2022 di SMA Negeri 1 Teluk Sebong, Prestasi yang pernah diraih tim bola voli ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Teluk Sebong yaitu menjuarai Kejuaraan antar SMA se Kabupaten Bintan Dan Tanjung pinang dengan mendapatkan peringkat pertama. Untuk menjadi seorang pemain yang berprestasi maka pemain bola voli yang menjadi pemain harus menguasai keterampilan-keterampilan dasar dalam olahraga bola voli, diantaranya : servis, passing, smash dan unsur fisik yang prima dengan ditunjang kecepatan, kekuatan, kelincahan, kelenturan, keseimbangan, daya tahan, daya ledak dan koordinasi gerakan (Maifa, 2021). Ada dua faktor yang mempengaruhi suatu prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal tersebut adalah faktor kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang timbul dari luar atlet seperti pelatih, sarana prasarana, keluarga, gizi, dan sebagainya (Kurnia et al., 2020). Dengan demikian untuk mencapai sebuah prestasi yang tinggi, Diperlukan latihan yang lebih efektif dan efisien, terutama sekali dalam metode latihan, sehingga penguasaan teknik dasar dapat dikuasai dengan sempurna. Keberhasilan pemain melakukan *smash* tidak hanya disebabkan oleh penguasaan teknik dasar *smash* saja, tetapi juga didukung oleh faktor-faktor yang lain seperti, Panjang Lengan, Tinggi badan dan

Daya Ledak Otot Tungkai dalam memperluas gerakan. Pada kenyataannya tingkat kondisi fisik dan anatomis seseorang berbeda. Sedangkan untuk diperoleh bibit pemain bola voli yang baik perlu diketahui seberapa besar faktor seperti Panjang Lengan Tinggi Badan dan Daya Ledak Otot Tungkai ikut berpengaruh terhadap hasil permainan bola voli terutama dalam pelaksanaan *smash*. Pelaksanaan *smash* yang baik tentunya juga harus didukung dengan waktu, intensitas dan frekuensi dalam melakukan latihan *smash*.

Mencermati permasalahan di atas kiranya perlu diadakan suatu penelitian. Sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara Panjang Lengan dan Tinggi badan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan *Smash* Bola Voli Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, masalah umum dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Hubungan antara Panjang Lengan, Tinggi Badan dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Keterampilan *Smash* Bola Voli Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau”. Sedangkan sub masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimanakah Panjang Lengan Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau?
2. Bagaimanakah Tinggi Badan Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau?
3. Bagaimanakah Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau?
4. Apakah ada Hubungan Antara Panjang Lengan, Tinggi Badan, dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan *Smash* Bola Voli Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan pembahasan mengenai rumusan dalam kalimat penelitian yang menunjukkan hasil didapatkan setelah proses penelitian terselesaikan. Berdasarkan masalah penelitian yang telah diungkapkan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah

untuk memperoleh informasi objektif tentang “Hubungan antara panjang lengan, tinggi badan dan daya ledak otot tungkai terhadap keterampilan *smash* bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau” tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Panjang Lengan Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau.
2. Tinggi Badan Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau.
3. Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau.
4. Hubungan antara Panjang Lengan, Tinggi Badan, dan Daya Ledak Oot Tungkai Terhadap Keterampilan *Smash* Bola Voli Siswa Putra Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi referensi atau masukan bagi siswa putra ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Teluk Sebong untuk mengetahui Hubungan Panjang Lengan, Tinggi Badan dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap keterampilan *smash* bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi pihak-pihak yang mengajar siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Teluk Sebong Kabupaten Bintan Provinsi Kepulauan Riau dalam pelaksanaan latihan maupun pembelajaran. dan bagi pihak lain penelitian ini juga diharapkan dapat membantu pihak lain dalam mengambil penelitian yang serupa.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai pembatasan masalah yang akan diteliti, sehingga dalam ruang lingkup penelitian ini akan dibahas variabel penelitian.

1. Variabel penelitian

Suatu penelitian pasti diperlukan variabel atau sesuatu yang menjadi pokok dalam penelitian tersebut. Sugiyono (Wiratna, 2020:86) mengemukakan bahwa: “variabel penelitian adalah suatu hal yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Variabel penelitian adalah komponen yang sudah ditentukan oleh seorang peneliti untuk diteliti agar mendapatkan jawaban yang sudah dirumuskan yaitu berupa kesimpulan penelitian. Variabel adalah komponen utama dalam penelitian, oleh sebab itu penelitian tidak akan berjalan tanpa ada variabel yang diteliti. karena variabel merupakan objek utama dalam penelitian Untuk menentukan variabel tentu harus dengan dukungan teoritis yang diperjelas melalui hipotesis penelitian. Ali (Sahir, 2021:16) mengemukakan bahwa: “Variabel adalah objek yang menjadi pusat perhatian penelitian”.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa variabel merupakan segala sesuatu yang berada atau ada pada diri seseorang atau objek penelitian yang memiliki perbedaan di antara objek-objek tersebut. Adapun variabel yang terdapat dalam penelitian ini ada dua macam, yakni variabel masalah dan variabel tindakan.

a. Variabel bebas

Variabel bebas (*independent variable*) adalah variabel yang diduga sebagai sebab munculnya variabel terikat. Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya (pengaruhnya) dengan variabel lain. Dalam ilmu tingkah laku, variabel bebas biasanya merupakan stimulus atau input yang beroperasi dalam diri seseorang atau di dalam lingkungannya untuk mempengaruhi tingkah laku (Winarno, 2011:28). Karlinger (Siyoto, 2015:52) mengemukakan bahwa “Variabel bebas sering disebut *independent*, variabel stimulus, prediktor, *antecedent*. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat”.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah :

- 1) Panjang lengan.
- 2) Tinggi badan.
- 3) Daya ledak otot tungkai.

b. Variabel terikat

Kerlinger (Winarno, 2011:28) mengemukakan bahwa: "Variabel terikat (*dependent variable*) adalah variabel respon atau output. Sebagai variabel respon berarti variabel ini akan muncul sebagai akibat dari manipulasi suatu variabel-variabel yang dimanipulasikan dalam penelitian", yang disebut sebagai variabel bebas. Dalam ilmu tingkah laku, variabel terikat adalah aspek tingkah laku yang diamati dari suatu organisme yang telah dikenai stimulus. Dengan kata lain, variabel terikat adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya pengaruh dari variabel bebas. Kerlinger (Siyoto, 2015:52) mengemukakan bahwa: "Variabel terikat atau dependen atau disebut variabel output, kriteria, konsekuen, adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas".

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah :

- 1) keterampilan *smash* bola voli.

2. Definisi operasional

a. Panjang lengan

Panjang Lengan adalah jarak antara tulang bagian atas lengan (humerus) sampai tulang hasta (ulna) Oktaria, dkk (2020). McGinnis (Nasuka, 2019:35) Mengemukakan bahwa Panjang lengan berkaitan dengan panjang otot dan kekuatan otot. Lengan yang berukuran lebih panjang dapat berpengaruh terhadap kecepatan gerakan. Kecepatan pukulan sebanding dengan besarnya radius, yaitu panjang lengan seseorang.

b. Tinggi badan

Menurut Wibowo (Azhari, dkk., 2021) Tinggi badan ukuran posisi tubuh berdiri (*vertical*) dengan kaki menempel pada lantai, posisi kepala dan leher tegak, pandangan rata-rata air, dada dibusungkan, perut datar dan tarik nafas beberapa saat Tinggi badan adalah ukuran posisi tubuh berdiri (*vertical*) dengan kaki menempel pada lantai, posisi kepala dan leher tegak, pandangan rata-rata air, dada dibusungkan, perut datar dan tarik nafas beberapa saat. Tinggi badan pada pemain bola voli memegang peran yang tidak sedikit terhadap keterampilan teknik dan *performance* dalam permainan. Seorang

pemain yang memiliki postur tinggi akan memberikan keuntungan dibandingkan dengan postur yang lebih rendah. Hal ini berkaitan dengan teknik dasar permainan bola voli seperti *spike*, block dan servis, terutama *jumping serve*.

c. Daya Ledak otot tungkai

Daya ledak otot tungkai adalah kemampuan untuk menghasilkan gerakan eksplosif dalam waktu yang singkat. Dalam permainan bola voli daya ledak yang sangat berpengaruh adalah daya ledak pada lengan dan daya ledak pada tungkai dan saat memukul bola. (Nasuka, 2019:45)

d. Keterampilan *smash* bola voli

Keterampilan *smash* bola voli adalah suatu tindakan memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola bisa memasuki lapangan lawan (Mulyadi dan Pratiwi, 2020:17). Main dengan harapan tidak bisa dibendung oleh regu lain sebagai lawan dalam permainan, sehingga bisa meraih poin. Tindakan ini dilakukan ketika bola sedang melambung diatas net baik yang dihasilkan dari umpan atau *passing* teman sepermainan atau bola yang berasal dari arah lawan yang dimanfaatkan untuk melakukan pukulan keras.