

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Saat ini bola voli merupakan salah satu olahraga yang berkembang dan populer di Indonesia, perkembangannya bisa dilihat dari tingginya animo masyarakat bermain bola voli baik usia muda maupun usia tua. Olahraga bolavoli juga menjadi salah satu kompetensi dasar dalam kurikulum pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah mulai dari tingkat sekolah dasar sampai perguruan tinggi dan dipertandingkan sampai ke tingkat nasional. Pendidikan formal di Indonesia terbagi menjadi tiga program pendidikan yaitu: program pendidikan intrakurikuler, program pendidikan ekstrakurikuler, dan program pendidikan ko-kurikuler.

Dalam hal ini sekolah harus memberikan wadah dan fasilitas guna membina peserta didiknya agar mempunyai prestasi di sekolah dengan mengadakan berbagai ekstrakurikuler, contohnya ekstrakurikuler bolavoli. Untuk dapat bermain bolavoli siswa ekstrakurikuler terlebih dahulu harus bisa menguasai teknik-teknik dasar bermain bolavoli terlebih lagi jika siswa ingin mencapai prestasi yang baik.

Secara teori banyak sekali teknik bola voli diantaranya servis bola voli contohnya Jenis servis adalah servis bawah (*underhand servis*) dan servis atas (*overhead servis*). servis atas atau servis dengan melambungkan bola ke atas depan kepala. Servis jenis ini akan menjadi serangan yang mematikan apabila teknik memukul dan kekuatan pukulan dilakukan dengan baik karena laju bola sangat cepat dan keras sehingga sulit untuk diterima pihak lawan.

Melakukan servis atas menurut Aef Rohaendi dan Etor Suwandar (2018: 76) adalah suatu hal yang menantang bagi siswa, kenapa? Karena karena untuk melakukan servis ini harus melibatkan banyak otot akan tetapi tetap teknik ini servis ini harus dipelajari karena servis ini lebih banyak menghasilkan poin di bandingkan dengan servis bawah.

Suatu tim akan mendapatkan keuntungan apabila anggota tim dapat menguasai lebih dari satu jenis servis dengan tingkat keberhasilan yang konsisten. Melalui servis yang berbeda-beda akan membuat lawan menanti dengan terus menduga-duga servis apa yang akan dilakukan. Bila setiap pemain melakukan servis dalam suatu tim dan setiap pemain menguasai jenis servis yang berbeda, maka tim tersebut dapat memperoleh keuntungan secara strategis karena membuat lawan selalu dalam kebingungan.

Dalam hal ini peran seorang pelatih sangat menjadi faktor penting dalam penentu keberhasilan siswa dalam menguasai teknik-teknik bermain bolavoli, maka dari itu pelatih harus memilih metode dan program latihan yang tepat dan baik sesuai dengan karakteristik siswa yang dilatih.

Ada beberapa banyak sekali metode latihan servis atas yang bisa dilakukan dalam melatih servis ini diantaranya dengan metode bola yang digantung, metode latihan ini menurut Aulia Chandra dewi (2017: 25) Latihan ini secara mekanisme dapat mengembangkan ketepatan memukul bola. Dengan ketepatan dilatih terus menerus dapat pula melatih respon memukul bola yang pas dan timing memukul bola yang tepat.

Dalam observasi yang dilakukan di SMA N 1 Cisaat terdapat beberapa permasalahan dilapangan. Permasalahan yang terjadi pada siswi ekstrakurikuler adalah sulitnya membuat bola menyebrangi net hal itu dikarenakan siswi kurang menguasai teknik gerakan servis atas yang baik dan benar. Posisi badan, lengan yang tidak benar dan perkenaan telapak tangan pada saat memukul bola membuat tidak adanya kekuatan pukulan sehingga bola tidak menyebrangi net. Selain itu bola yang dipukul juga mempunyai arah yang beragam ada yang melenceng ke samping kiri, samping kanan, dan tidak menyebrangi net. Penguasaan teknik servis yang tidak baik akan berdampak pada jalannya permainan dan prestasi yang dicapai.

Dari permasalahan yang ditemukan pada siswi ekstrakurikuler bolavoli di SMA N 1 Cisaat ini membuat peneliti ingin menawarkan solusi berupa latihan dengan menggunakan bola yang digantung dengan harapan dapat meningkatkan kemampuan servis atas bolavoli pada siswi ekstrakurikuler di

SMA N 1 Cisaat. Banyak ragam model latihan yang dapat diberikan untuk meningkatkan kemampuan servis atas bolavoli salah satunya dengan cara bola yang digantung.

Karena permasalahan yang ditemui saat observasi adalah kurangnya penguasaan teknik dikarenakan posisi badan dan ketepatan telapak tangan saat memukul bola, jika diberikan metode latihan dengan bola yang digantung maka diyakini siswi akan memahami perkenaan telapak tangan dengan bola dan momentum saat akan memukul bola pada ketinggian maksimal bola. Bola yang digantung merupakan salah satu media penyampaian informasi kepada penerimanya dalam hal ini informasi posisi badan yang benar dan momentum perkenaan telapak tangan dengan bola. Latihan bola yang digantung yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bola yang digantung pada seutas tali yang diikat pada ujung tiang yang berporos pada pengikat tali, dengan ketinggian sesuai dengan jangkauan pemain. Latihan bola yang digantung secara mekanik mampu mengembangkan kecepatan serta ketepatan dalam memukul bola.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengangkat “Pengaruh Modifikasi Media latihan Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola voli Peserta Ekstrakurikuler Putri di SMA N 1 Cisaat Kabupaten Sukabumi.”

## **B. Batasan Masalah**

Agar penelitian ini tidak meluas, maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini hanya pada masalah pengaruh modifikasi media latihan terhadap kemampuan servis atas bolavoli peserta ekstrakurikuler putri di SMA N 1 Cisaat Kabupaten Sukabumi.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini sebagai berikut: “Apakah

terdapat pengaruh yang signifikan modifikasi media latihan terhadap kemampuan servis atas bolavoli peserta ekstrakurikuler putri di SMA N 1 Cisaat Kabupaten Sukabumi?”.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah: Untuk mengetahui pengaruh model latihan bola yang digantung terhadap peningkatan kemampuan servis atas bolavoli siswi ekstrakurikuler di SMA N 1 Cisaat Kabupaten Sukabumi.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai bentuk modifikasi alat pembelajaran berupa bola yang digantung serta jarak servis yang bertahap.

##### 2. Secara praktis

a. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan servis atas bolavoli.

3. Bagi pelatih, penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi model latihan untuk meningkatkan kemampuan servis atas bolavoli.