

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan. Pada zaman modern saat ini manusia sangat sulit dipisahkan dengan olahraga baik untuk memperoleh prestasi maupun hanya untuk menjaga kondisi fisik agar tetap sehat. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu yang disukai dan digemari setiap individu. Karena permainan bola voli termasuk olahraga yang menarik, menyenangkan dan tidak membutuhkan biaya yang besar sehingga bisa dilakukan dengan mudah. Cukup membutuhkan beberapa teman, bola, net dan lahan kosong yang bisa dijadikan lapangan maka permainan bola voli bisa dilakukan. Inilah yang menjadi salah satu penyebab semakin populer dan semakin digemarinya bola voli dikalangan masyarakat diseluruh Indonesia. Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani.

Permainan bola voli terdapat beberapa teknik, diantaranya adalah *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan *block*. Penguasana teknik dasar permainan sangatlah penting agar dapat bermain bola voli. Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut maka diperlukannya latihan secara terus menerus dan dilakukan terus pengulangan sampai benar-benar bisa menguasainya. Dalam mempelajari teknik dasar harus di berikan variasi-variasi gerakan dan pengulangan terus menerus agar perasaan pemain terhadap gerakan bola terbentuk sehingga akan lebih matang penguasaan teknik dasarnya. Teknik dasar yang

harus dikembangkan sejak anak-anak mencakup semua kemampuan yang ada dalam permainan bola voli dengan bentuk menyesuaikan dengan kemampuan pemain. Kegiatan ekstrakurikuler dapat dijadikan sebagai tempat untuk menampung dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa yang hanya mengandalkan jam pelajaran olahraga di sekolah. Dengan diadakannya ekstrakurikuler di sekolah diharapkan kemampuan siswa dapat meningkat dengan latihan khusus sesuai dengan cabang olahraga yang diikuti hal yang terpenting adalah untuk membina dan pembibitan olahraga dan mendapatkan hasil yang memuaskan dan yang diinginkan.

Passing bawah adalah memainkan bola dengan menggunakan dua tangan, *Passing* bawah digunakan untuk menerima servis dan menerima serangan dari lawan. *Passing* sebagai penunjang sukses tidaknya permainan bola voli baik pada saat bertahan maupun serangan. Berdasarkan pengamatan penulis sejauh ini, penulis menilai bahwa masih kurangnya kemampuan para pemain bola voli menguasai teknik-teknik tersebut, yang paling menonjol disini adalah sangat kurangnya kemampuan siswa atau pemain untuk menguasai teknik *passing* bawah.

Kurangnya penambahan bentuk latihan dan variasi latihan *passing* membuat siswa kurang memahami teknik *passing* bawah yang baik dan benar. Pemain hanya sekedar bisa melakukan *passing* bawah saja namun kurang memahami *passing* bawah digunakan untuk apa dan dalam posisi apa. Peningkatan kemampuan *passing* juga ditentukan oleh asumsi pelatih untuk memberikan program latihan yang tepat, dengan asumsi pelatih sangat

menentukan kemampuan pemain karena pelatih mempunyai hak untuk menambah, mengurangi, atau mengubah metode dan porsi latihan.

Teknik dasar permainan bola voli yang belum baik akan berpengaruh pada tingkat kualitas pemain saat bermain bola voli. Permasalahan yang terjadi ketika pelaksanaan ekstrakurikuler adalah yakni masalah *passing* yang paling utama *passing* bawah. Dalam melakukan *passing* yang terpenting melewati net dan jatuh di daerah lawan. Cara melakukan teknik *passing* bawah masih belum mengetahui teknik dasar *passing* bawah yang baik dan benar. Dasar teknik *passing* sangat perlu untuk permainan bola voli, oleh karena itu latihan *drill* sangat perlu untuk meningkatkan akurasi *passing* bawah. Salah satu solusi untuk meningkatkan hasil akurasi adalah melalui latihan *drill*.

Berdasarkan hasil observasi peneliti pada tanggal 15 februari 2023 di SD Negeri 160 Palembang pada kegiatan ekstrakurikuler tersebut masih banyak siswa kesulitan melakukan *passing* bawah baik kepada kawan maupun langsung ke lawan, Perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga belum tepat pada sasaran atau target, bola yang di *passing* tidak sampai sehingga *setter* sulit untuk memberikan umpan kepada teman untuk melakukan penyerangan. Seorang siswa diharapkan memiliki *passing* bawah yang baik karena seorang pemain yang memiliki *passing* bawah yang baik merupakan langkah awal untuk menyusun serangan, sebab tanpa adanya *receive servis* yang baik, dan mengarahkan bola ke arah pengumpan dengan baik, kemungkinan untuk mendapatkan poin sangat kecil. Fakta tersebut memperlihatkan bahwa, kemampuan *passing* bawah yang dimiliki siswa dilapangan dapat mempengaruhi

prestasi yang dimilikinya. Berdasarkan kenyataan dilapangan, peneliti melihat banyak sekali kesalahan siswa dalam melakukan *passing* bawah, salah satunya adalah pada saat melakukan *passing* bawah posisi kedua lengan terlalu tinggi, kedua lengan tidak rapat, kaki tidak dibuka selebar bahu, ketika menerima bola kedua lutut tidak ditekuk. Banyak program latihan yang bertujuan meningkatkan kemampuan *passing* bawah seperti latihan *drill* dan lain-lain. Pemain dapat mengembangkan kemampuan teknik maupun kondisi fisik pemain sehingga dapat mencapai tingkat teknik yang baik, dengan demikian prestasi yang diinginkan akan dapat diperoleh. Selain itu metode latihan *passing* bawah yang belum efektif juga mempengaruhi kurangnya hasil *passing* bawah pada kegiatan ekstrakurikuler SD Negeri 160 Palembang.

Mengacu pada masalah yang dialami dalam memaksimalkan kemampuan siswa tersebut, peneliti mencoba melakukan penelitian untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki peserta didik dengan menerapkan salah satu latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada kegiatan ekstrakurikuler SD Negeri 160 Palembang adalah dengan menggunakan metode *Drill*.

Metode *drill* pada dasarnya merupakan metode latihan yang berorientasi pada pelatih maupun guru dan sangat sesuai untuk digunakan apabila tujuan belajarnya adalah siswa menguasai keterampilan gerak tertentu yang sudah pasti atau yang sudah baku. metode latihan (*Drill*) atau metode *trainin* merupakan suatu cara latihan yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Juga sebagai sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan

dan kemampuan. “Metode latihan pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau kemampuan dari apa yang dipelajari” (Sudjana, 2014:86). Dari pernyataan beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa metode *Drill* adalah suatu cara yang dilakukan berulang-ulang untuk memperoleh suatu kemampuan tertentu.

Olahraga bola voli khususnya teknik *passing* bawah dapat dilatih dengan menggunakan metode *Drill*. “Cara yang paling tepat untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah adalah melatih *passing* bawah berkali-kali menggunakan teknik yang benar”. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti ingin meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kegiatan Ekstrakurikuler SD Negeri 160 Palembang”.

1.2 Masalah Penelitian

1.2.1 Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih banyak siswa kesulitan dalam melakukan *passing* bawah baik kepada kawan maupun langsung ke lawan
2. bola yang di *passing* tidak sampai sehingga *setter* sulit untuk memberikan umpan kepada teman untuk melakukan penyerangan.

1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu luas, maka penulis membatasi masalah penelitian yang akan diteliti yaitu: “pengaruh latihan *drill* terhadap kemampuan

passing bawah bola voli pada kegiatan ekstrakurikuler SD Negeri 160 Palembang”

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah yang terdapat pada penelitian ini adalah: “Adakah Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap kemampuan *passing* bawah Bola Voli Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sd Negeri 160 Palembang?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* terhadap kemampuan *passing* bawah bola voli pada kegiatan ekstrakurikuler SD Negeri 160 Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

Pentingnya masalah ini untuk diteliti adalah untuk mendapatkan suatu data dan informasi yang bermanfaat baik bersifat teoritis maupun praktis.

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang berarti bagi pengembangan teori-teori tentang latihan cabang olahraga bola voli terutama yang berkaitan dengan kemampuan *passing* bawah.

2. Secara praktis bagi :

a. Siswa

Sebagai pedoman bagi mereka untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar *passing* bawah pada permainan bola voli.

b. Guru PJOK

Sebagai kontribusi untuk mengembangkan berbagai gerak dasar *passing*

bawah pada permainan bola voli.

c. Bagi pelatih

Sebagai acuan untuk menyusun program latihan khususnya melatih teknik atau gerakan dasar *passing* bawah pada olah raga bola voli.

d. Peneliti

1. Sebagai pengalaman bagi peneliti dalam pendidikan jasmani.
2. Sebagai dasar penelitian yang serupa di kemudian hari.
3. Sebagai bahan akhir bagi peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir.