

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Permainan Bola Voli merupakan olahraga yang menggunakan bola berbahan karet atau kulit dan dimainkan secara berkelompok oleh dua tim. Setiap tim terdiri dari 6 orang pemain yang area permainannya dipisahkan oleh net. Tujuan olahraga ini adalah memukul bola hingga melewati net sekaligus menjatuhkannya ke lantai lapangan di area lawan. Cara memukul bolanya pun tidak boleh sembarangan, karena ada teknik-teknik tertentu yang harus dikuasai para pemain.

Dalam permainan bola voli terdapat teknik-teknik dasar yaitu, servis, pass bawah, pass atas, *smash* dan blok. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang kalahnya suatu pertandingan. Dari sekian banyak teknik dasar yang ada, *smash* merupakan teknik yang selalu digunakan untuk menyerang dan menghasilkan angka serta meraih kemenangan. Karena permainan bolavoli merupakan permainan cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan dengan teknik bertahan. *Smash* adalah suatu pukulan di mana tangan melakukan kontak dengan bola penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjatuh dengan kecepatan yang tinggi, oleh karena itu permainan bolavoli merupakan permainan yang cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan teknik bertahan Nuril Ahmadi, (2007: 32).

Smash merupakan serangkaian gerakan terbuka yang meliputi saat awalan, saat melompat, saat memukul bola dan saat mendarat. Keberhasilan *smash* sangat dipengaruhi oleh Untuk dapat melakukan *smash* dengan baik, maka diperlukan penguasaan teknik yang baik, dalam melakukan *smash* sangat memerlukan unsur kondisi fisik salah satunya adalah power otot tungkai untuk mendukung gerakan jumping. Selanjutnya didukung dengan unsur anatomis yang proposional dalam hal ini adalah panjang tungkai. Menurut Suharno (1985: 9), pemain bola voli yang baik harus memiliki anatomis yang baik, tinggi badan 180 cm ke atas untuk putra dan 160 cm untuk putri. Pendapat tersebut dipertegas oleh M. Yunus (1992: 12). Penjelasan di atas mempunyai

pemikiran bahwa ukuran seseorang menyesuaikan keadaan tinggi badan. Semakin tinggi badan seseorang, maka ukuran tungkai akan bertambah pula.

Dari pengalaman di lapangan ternyata banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan/kegagalan dalam melakukan gerakan *smash*, salah satu faktor yang menghambat keberhasilan mahasiswa melakukan *smash* adalah kurang terlatihnya power tungkai, ketepatan arah bola pada sasaran tidak akurat baik saat melakukan *smash*.

Power yang dimiliki seorang pemain dapat menentukan tingkat keterampilannya di dalam olahraga. Pada teknik *smash*, power otot tungkai ikut memberikan kontribusi yang positif terhadap keberhasilan melakukan gerakan *smash* dalam upaya memberikan tekanan pada pihak lawan. Di mana pada teknik *smash* dilakukan dengan kualitas lompatan secara eksplosive dengan melakukan tolakan kaki disertai dengan ketepatan waktu (*timing*) serta power dari kaki tumpu untuk memukul bola saat berada pada titik tertinggi serta penempatan bola ke daerah kosong sehingga teknik *smash* dikatakan berhasil.

Power digunakan pada saat melakukan servis dan pukulan *smash*. Power pada tungkai sangat bergantung dan sangat berpengaruh pada gerakan seperti servis, pukulan dan pertahanan. Teknik tersebut dapat digunakan apabila power yang digunakan telah berada pada kekuatan maksimum dan cepat dan tungkai merupakan alat gerak pasif yang hanya dapat bergerak apabila otot-otot yang terdapat pada tungkai menghendaki untuk bergerak akibat adanya perintah dari sistem pensyarafan. Menurut Damiri (1984 : 54) tungkai berfungsi sebagai alat gerak, menahan berat badan bagian atas, ia dapat memindahkan tubuh (bergerak), dan mengarahkan tubuh kearah atas dan lainnya

Komponen-komponen fisik tersebut masing-masing memiliki peranan yang berbeda, sesuai karakteristik yang dimiliki. Untuk dapat menghasilkan *smash* (*spike*) yang baik dalam permainan bola voli seorang atlet harus memiliki kelentukan togok dan panjang tungkai yang baik pula. Berdasarkan kondisi di lapangan maka dalam penelitian ini peneliti akan mencoba mencari tahu bagaimana “Hubungan Power Otot Tungkai Dan Panjang Tungkai dengan Kemampuan *Smash* Bola Voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Kepelatihan olahraga UNG”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.2.1.** Meningkatkan kemampuan *smash* membutuhkan beberapa latihan fisik dalam meningkatkan kualitas lompatan.
- 1.2.2.** Komponen fisik power tungkai memberikan peranan penting dalam meningkatkan kemampuan *smash* pada permainan bola voli
- 1.2.3.** Panjang tungkai akan dapat meningkatkan tingginya lompatan yang berdampak pada kualitas kemampuan *smash*

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

- 1.3.1.** Apakah terdapat hubungan antara power otot tungkai dan panjang tungkai dengan kemampuan *smash* bola voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga UNG?
- 1.3.2.** Apakah terdapat hubungan antara panjang tungkai dengan kemampuan *smash* bola voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga UNG?
- 1.3.3.** Apakah terdapat hubungan secara bersama-sama power otot tungkai dan panjang tungkai dengan kemampuan *smash* bola voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga UNG?

1.4. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

- 1.4.1.** Untuk mengetahui hubungan antara power otot tungkai dan panjang tungkai dengan kemampuan *smash* bola voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga UNG?

1.4.2. Untuk mengetahui hubungan antara panjang tungkai dengan kemampuan *smash* bola voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga UNG?

1.4.3. Untuk mengetahui hubungan secara bersama-sama power otot tungkai dan panjang tungkai dengan kemampuan *smash* bola voli pada mahasiswa semester 1 Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga UNG?

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Secara Teoritis

- a. Penelitian penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi teoritis bagi pengembangan teori kepelatihan untuk mempertegas konsep-konsep, tentang hubungan power tungkai, panjang tungkai dan kemampuan *smash*.
- b. Menambah kajian terhadap pengetahuan tentang permainan bola voli serta menambah wawasan bagi mahasiswa PKO khususnya dan masyarakat pencinta permainan bola voli pada umumnya, guna meningkatkan pengetahuan dalam rangka mengembangkan potensi dan kemampuan melatih disekolah maupun di klub-klub dimasa mendatang.

1.5.2. Manfaat Secara Praktis

- a. Secara praktis penelitian ini meningkatkan kemampuan bagi para siswa dalam melakukan *smash* yang tepat, cepat dan efisien dalam permainan bola voli,
- b. memberikan kontribusi kualitas fisik khususnya power tungkai dalam melakukan *smash* bagi siswa