

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah sebuah aktivitas yang dilakukan didalam ruangan atau pun diluar lapangan yang melibatkan anggota gerak tubuh dengan tujuan untuk mencapai kebugaran jasmani. Agar hasilnya memuaskan maka pelaksanaan kegiatan olahraga itu sendiri harus dilakukan dengan cara berjenjang dan sistematis. Disamping tujuan olahraga untuk mencapai kebugaran jasmani olahraga juga mempunyai tujuan lain yaitu untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Hal itu telah dijelaskan dalam UU RI NO 3 Tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi “Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”. (Undang-Undang RI, 2005:5) Istilah olahraga terdapat dalam bahasa Jawa yaitu olahraga. Olah artinya melatih diri menjadi seorang yang terampil sedangkan raga artinya badan. jadi olahraga adalah suatu bentuk pendidikan individu dan masyarakat yang mengutamakan gerakan-gerakan jasmani yang dilakukan secara sadar dan sistematis menuju suatu kualitas yang lebih tinggi.. Utamanya olahraga berfungsi untuk menyehatkan badan dan memastikan organ tubuh masih sehat. Olahraga penting, karena di dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang

sehat. Pendapat orang tentu berbeda, tapi secara garis besar olahraga yang merupakan aktivitas fisik itu penting dilakukan dalam keseharian. Baik dengan gerakan-gerakan terarah (cabang olahraga) ataupun gerakan lainnya yang penting bergerak.

Bola voli merupakan olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat khususnya masyarakat Indonesia. Menurut Yunus (2012:1) “Permainan bola voli sudah berkembang menjadi cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat, baik remaja maupun dewasa dan menurut para ahli saat ini bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari di dunia”. Berdasarkan penelusuran informasi saat ini bola voli menduduki peringkat kedua pada deretan olahraga paling digemari di Indonesia, setelah sepak bola. Dengan kata lain dapat dimaknai bahwa bola voli merupakan olahraga yang memasyarakat, artinya bisa dimainkan oleh semua kalangan, baik masyarakat pedesaan maupun perkotaan dari mulai masyarakat disekolah sampai perguruan tinggi. Salah satu bukti bahwa olahraga permainan itu disenangi oleh semua kalangan adalah sarana yang tersedia untuk bola voli dimiliki di banyak tempat. Permainan bola voli merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu dengan jumlah pemain masing-masing enam orang.

Pengertian bola voli menurut PBVSI (2010:1), bola voli adalah “Olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net”. Penguasaan teknik, dan mental yang baik, serta kerja sama sesama tim sangat dibutuhkan untuk memenangkan

permainan. Bola voli secara umum adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing beranggotakan enam orang, yang saling berhadapan di atas lapangan persegi. Tujuannya adalah memasukkan bola ke dalam area lawan dengan cara melambungkan bola di atas net. Permainan ini memerlukan koordinasi yang presisi antara anggota tim untuk mengirim bola ke arah yang tepat dan mencegah bola jatuh di area mereka sendiri. Dalam bola voli, ketangkasan, kecepatan, dan kelincahan merupakan elemen kunci. Para pemain harus memiliki kemampuan untuk bergerak cepat, melompat tinggi, dan bereaksi dengan cepat terhadap pergerakan bola. Selain itu, strategi tim juga sangat penting; pemain harus berkomunikasi dengan baik untuk mengatur serangan, pertahanan, dan bloker yang efektif. Penting untuk diingat bahwa bola voli bukan hanya tentang fisik semata, melainkan juga tentang sportivitas dan semangat tim. Kode etik yang kuat ditekankan dalam olahraga ini, dengan penghormatan terhadap lawan dan wasit sebagai nilai yang dijunjung tinggi.

Smash adalah gerakan memukul bola voli dengan kekuatan maksimal dan menemukik yang sulit diterima oleh lawan jika pukulan tersebut diluncurkan dengan cepat. Dalam buku *Teori dan Praktik Bola Voli oleh Kusbani & Surya (2022)* dijelaskan bahwa smash merupakan upaya memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola dapat masuk ke lapangan lawan dan tujuan melakukan smash adalah agar bola tidak bisa dibendung oleh regu lain dan akhirnya bisa mendapatkan poin. Smash adalah teknik yang diandalkan untuk mematikan lawan dan memperoleh skor.

Dengan strategi penempatan posisi smash yang tepat dan bervariasi, maka akan menyulitkan pertahanan lawan. Smash adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah dan menukik ke dalam lapangan lawan. Smash atau pukulan keras disebut juga spike merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.

Smash umpan tinggi (Open Smash), dengan ketinggian umpan lebih dari dua meter, merupakan dasar dari latihan smash. Jika pemain dapat melakukan smash dengan bola umpan tinggi akan mudah dikembangkan ke umpan-umpan yang lain (Pranatahadi, 2009: 12). Menurut Winarno, dkk (2013: 120) “*Open Smash* dilakukan dengan melakukan pukulan dengan melambungkan bola cukup tinggi yaitu lebih dari 3 meter dan bolanya dalam keadaan tenang”. Usahakan bola selama menempuh lintasannya berjarak 20-30 cm dari net. Jarak bola jatuh berada di sekitar daerah yang letaknya sejauh setengah jarak dari yang diukur di tempat *set-uper* berdiri sampai kepada titik proyeksi ditempat permulaan *spiker* mengambil awalan. Seorang pemain untuk dapat melakukan smash normal harus memperhatikan proses pelaksanaan smash.

Hasil pengamatan awal ketika saya mengamati pemain pada saat latihan, dan juga pada saat mengikuti pertandingan di kota Kupang pada Klub Anak Timor Mandiri (ATM Kota Kupang), maka saya menemukan permasalahan yaitu: masih ada pemain yang belum mengetahui teknik Open Smash dan langkah-langkah pada saat melakukan Open Smash dalam permainan bola voli. Sehingga pada saat melakukan Open Smash bola tidak

melewati net dan juga pada saat melakukan smash tosser belum mengumpun bola pemain sudah melompat dahulu sehingga pada saat melakukan smash bola tidak tepat pada sasaran atau bola keluar dari lapangan Sedangkan Open Smash adalah salah satu serangan atau pukulan keras untuk memperoleh poin bagi tim. Oleh karena itu, Maka saya ingin melakukan penelitian dengan judul“**Model Latihan Open Smash Dalam Permainan Bola Voli Pada Klub Anak Timor Mandiri(ATM) Kota Kupang**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas maka identifikasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Masih Ada pemain yang belum di ketahui teknik Open Smash Dalam permainan bola voli.
2. Belum diketahui kemampuan pemain dalam melakukan Open Smash pada Klub Anak Timor Mandiri (ATM) Kota Kupang.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka dibatasi permasalahan yang menjadi fokus penelitian ini adalah Model Latihan Open Smash Dalam Permainan Bola Voli pada Klub Anak Timor Mandiri (ATM) Kota Kupang.

D. Rumusan Masalah

Sesuai batasan masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Model Latihan Open Smash pada Klub Anak Timor Mandiri (ATM) Kota Kupang?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Model Latihan Open Smash dalam permainan bola voli pada Klub Anak Timor Mandiri (ATM) Kota Kupang

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis
 - a. Hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan tentang teknik dasar Open Smash.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat disumbangkan kepada Klub Anak Timor Mandiri (ATM) Kota Kupang guna memperkaya bahan penelitian, sumber bacaan, dan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peneliti, penelitian ini akan memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang teknik dasar Open Smash Pada Klub Anak Timor Mandiri (ATM) Kota Kupang.

- b. Bagi pelatih, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menyusun program latihan yang lebih baik sehingga dapat melatih pemain secara profesional.
- c. Bagi pemain yang terlibat langsung dalam penelitian ini, akan memperoleh hasil untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar Open Smash dalam permainan bola voli.
- d. Bagi Klub, Anak Timor Mandiri (ATM) penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam meningkatkan prestasi dalam mengikuti berbagai ajang pertandingan di Kota Kupang dan Kabupaten Kupang Nusa Tenggara Timur.