

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bola voli adalah sebuah cabang olahraga yang digemari oleh warga Indonesia dari berbagai kalangan, mulai dari tingkat akar rumput hingga kalangan elit. Hal ini tercermin dari banyaknya turnamen antar klub bola voli yang diselenggarakan, baik di level regional maupun nasional. Salah satu contoh kompetisi bergengsi di tingkat nasional adalah Proliga dan Livoli. Selain *event* profesional, bola voli juga dipertandingkan dalam berbagai ajang atau multievent, seperti di kalangan mahasiswa, pelajar, dan turnamen terbuka atau *tarkam*. Contohnya adalah Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional (POMNAS), Turnamen Open Cup, Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN), Pekan Olahraga Pelajar Daerah, Pekan Olahraga Pelajar Wilayah, dan Pekan Olahraga Pelajar Nasional. Ajang - ajang ini menjadi sarana bagi para atlet untuk berlatih dan bersaing, sekaligus menunjukkan kemampuan terbaik mereka.

Bola voli merupakan tipe olahraga yang melibatkan dua tim yang bertanding di arena yang dipisahkan oleh jaring net. Terdapat variasi permainan yang disesuaikan dengan kondisi tertentu agar olahraga ini dapat lebih dikenal dan dimainkan oleh berbagai kalangan. Tujuan utama permainan bola voli adalah mengumpan bola melewati net agar terjatuh dan menyentuh lantai di area lawan, sekaligus menghalangi pesaing melakukan hal yang serupa. Setiap tim diizinkan untuk memantulkan bola tiga kali untuk mengembalikan bola, termasuk saat melakukan blok. Bola dianggap masih dalam permainan ketika

pemain servis memukul bola melewati net area lawan. Permainan dimulai dengan servis terus berlanjut hingga bola menyentuh lantai, keluar lapangan, atau salah satu tim gagal mengembalikannya dengan benar. Dalam sistem Rally Point, setiap kali tim memenangkan *rally*, mereka mendapatkan satu poin. Jika tim menerima servis memenangkan *rally*, mereka mendapatkan poin, berhak melakukan servis berikutnya, dan semua pemain bergerak satu arah jarum jam (PBVSI, 2024).

Bola voli adalah olahraga yang dimainkan dengan memantulkan bola ke udara secara bergantian di atas jaring (Net), dengan tujuan menjatuhkan bola ke area lawan hingga menyentuh tanah untuk meraih kemenangan (Rachmalia Dhea Safitri et al., 2022). Senada yang dikemukakan oleh (Arte et al., 2020) Bola voli adalah salah satu olahraga tim yang dimainkan oleh dua kelompok, masing - masing beranggotakan 6 pemain. Dalam permainan ini, kedua tim harus mengoper bola melewati net dan berusaha menjatuhkannya di area pertahanan lawan untuk meraih kemenangan. Menurut (Pranopik, 2017) Bola voli dimainkan dua tim, setiap tim beranggotakan enam orang. Sasaran utamanya ialah mengarahkan bola ke sisi lapangan lawan dengan cara yang sedemikian sehingga lawan tidak mampu mengembalikannya.

Selain itu menurut (Cirana et al., 2021) Bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang mengalami perkembangan pesat dikalangan masyarakat umum, lingkungan sekolah, dan klub olahraga. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan peralatan yang sederhana serta keseruan yang dirasakan saat memainkannya. Pendapat (Siregar et al., 2021) Bola voli merupakan olahraga

yang mana bisa dimainkan oleh banyak kalangan, mulai dari anak - anak hingga orang dewasa, baik perempuan maupun laki - laki. Bahkan permainan bola voli merupakan olahraga yang mudah diakses, menyenangkan, dan dapat dimainkan diberbagai lokasi, seperti halaman rumah atau lapangan (Rithaudin & Hartati, 2016).

Dalam bermain bola voli, smash adalah salah satu teknik penyerangan utama dalam permainan bola voli. Teknik ini dilakukan dengan melompat setinggi mungkin, lalu memukul bola dengan keras ke arah area lawan, sehingga lawan kesulitan untuk mengembalikan bola dengan sempurna. Sebuah tim biasanya dianggap kuat jika memiliki kemampuan smash yang unggul (Cirana et al., 2021). Teknik smash adalah salah satu pukulan yang sangat krusial. Smash yang dilakukan dengan cara mengayunkan lengan secara penuh dibagian atas bola, hingga bola bergerak mencapai kecepatan tinggi (Yusmar, 2017). Selain itu smash merupakan salah satu cara efektif untuk mengguncang mental dari lawan sehingga memperoleh poin dalam permainan (Maifa, 2021)

Dengan demikian, setiap pemain bola voli harus memiliki berbagai kemampuan penting, seperti kekuatan fisik, ketangguhan mental, dan keterampilan teknik. Bola voli merupakan permainan yang dinamis dan atraktif, di mana setiap rally berlangsung dengan cepat. Teknik menjadi keterampilan fundamental wajib dipahami oleh setiap pemain atau atlet. Salah satu teknik penting adalah smash, yang berperan sebagai senjata utama untuk menghasilkan poin bagi tim. Oleh karena itu, ketepatan atau akurasi sangat dibutuhkan agar bola dapat diarahkan sesuai dengan tujuan yang diinginkan.

Ketepatan dalam teknik smash memegang peran penting bagi setiap pemain bola voli. Akurasi yang bagus, seorang atlet mampu menyempurnakan metode dasar permainannya. Ketepatan juga merupakan salah satu komponen biometrik spesifik dalam bola voli. Untuk meningkatkan ketepatan smash, dapat diterapkan metode latihan berupa *drill - spike*. Ketepatan smash adalah sejauh mana pencapaian yang selaras dengan harapan serta sasaran tertentu. Ketepatan menjadi faktor penting bagi seseorang dalam mencapai target yang diinginkan. Selain itu, ketepatan juga berkaitan dengan kemampuan seorang pemain untuk mengarahkan bola secara presisi sesuai maksud dan tujuan tertentu (Hermansyah. & Permadi, 2017).

Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) adalah pusat kegiatan Mahasiswa yang memiliki minat, hobi, kreativitas, dan orientasi yang sama dalam kegiatan ekstrakurikuler di kampus. Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) adalah fasilitas yang disediakan oleh kampus untuk mahasiswa yang berbagi minat, bakat, dan keahlian, sehingga mereka dapat menyalurkan minat dan bakat tersebut dalam kelompok dan aktivitas yang sesuai (Arianto, 2017).

Salah satunya adalah Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo. Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo ialah kegiatan yang berhubungan dengan olahraga, yang mana Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli tersebut melakukan sebuah bentuk kegiatan di antaranya latihan rutin, *sprarring partner*, partisipasi dalam kompetisi baik internal maupun eksternal. Dari serangkaian kegiatan tersebut merupakan salah satu upaya sebagai bentuk pengembangan bagi mahasiswa dalam bidang olahraga

untuk mencapai sebuah prestasi. Berdasarkan pengamatan dan wawancara terhadap ketua wadah kegiatan mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo periode 2024, peneliti menemukan permasalahan yaitu “kurangnya ketepatan atlet pada saat melakukan *smash*”. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul pengaruh latihan *drill - spike* terhadap hasil ketepatan *smash* pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah pada penelitian adalah “Apakah latihan *drill - spike* dapat mempengaruhi hasil ketepatan *smash* pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah tersebut dapat diketahui tujuan dalam penelitian ini “Untuk mengetahui pengaruh latihan *drill - spike* dapat mempengaruhi terhadap hasil ketepatan *smash* pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo”.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi pengurus

Menjadikan hasil dari penelitian ini sebagai landasan untuk program latihan yang efektif dalam meningkatkan ketepatan *smash* pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo serta diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang manfaat latihan

drill - spike dalam meningkatkan hasil ketepatan *smash* pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo.

2. Manfaat bagi masyarakat

Dapat memberikan pengetahuan baru yang valid tentang cara meningkatkan akurasi smash, serta diharapkan mampu meningkatkan minat masyarakat terhadap olahraga bola voli.

3. Manfaat bagi peneliti

Menambah wawasan baru berdasarkan pengalaman yang di peroleh dari penelitian, serta diharapkan dapat mendorong peneliti untuk mengembangkan aspek - aspek pengujian dalam penelitian selanjutnya.