

# B A B I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Olahraga itu diartikan sebuah *activity* dengan befokus pada Gerakan fisik yang diamana Gerakan itu tentunya berkaitan dengan gerakan tubuh secara terus menerus dengan tujuan meningkatkan kebugaran pada jasmani kita serta untuk mengoptimalkan kesehatan tubuh kita, tentunya tidak hanya untuk kesehatan saja tapi juga dilakukan untuk sarana Pendidikan, sarana rekreasi serta tentunya untuk mencapai prestasi dalam bidang Bola (Alpandi et al., 2024). Tentunya hal demikian telah dipaparkan oleh UU No.3 Th 2005 mengenai Pasal 27 dengan Bab 7 tentang Suatu Sistem Keolahragaan Nasional yang Dimana tertuang pernyataan bahwa “Suatu kegiatan pengembangan serta suatu pembinaan pada *sport* prestasi itu sendiri diimplementasikan melalui suatu pemberdayaan pada perkumpulan banyak olahraga dengan menumbuhkembangkan juga dengan suatu binaan olahraga yang tentunya hal ini bersifat lokal dan menyeluruh (nasional) serta mengadakan banyak pertandingan dengan proses bertahap dan *sustainable* (terus menerus)”.

Suatu Kegiatan rutinitas aktivitas *sport* tentunya sangat berperan dengan krusial pada kehidupan rutinitas kita. Yang dimana pada Gen Sekarang tentunya manusia tak dapat dilepaskan dari kegiatan olahraga baik dengan tujuan guna menoreh prestasi ataupun agar fisik kita tetap prima. Suatu rutinitas olahraga tentunya akan menjadi krusial terhadap kebutuhan energi kita (Wahyu Cirana et al., 2021). Dengan ini jasmani serta rohani menciptakan kedisiplinan pada diri seseorang hingga pada puncaknya mendapat predikat *high quality human*. Beragam

jenis olahraga yang disukai Manusia seperti Cabor bola **volley** tentunya *volleyball* itu sangat *easy* bagi semua usia dan kalangan masyarakat yang ada.

Cabor *volleyball* awal dahulunya diciptakan pada 9 februari 1895 oleh seseorang yang hebat yang dimana ia juga merupakan *Director of Physical Education* atau dalam Bahasa Indonesianya ialah instruktur Pada bidang pendidikan jasmani yang bernama William G. Morgan. (Kurniawan et al., 2021). Mulanya di *Massachusetts Holyoke city volleyball* itu berasal yang awalnya beranggotakan 6 pemain inti serta 4 pemain Cadangan. Yang dimana *Young Men Christain Association* (YMCA) itu sendiri telah dibina oleh morgan. Karena pesatnya perkembangan *volleyball* yang signifikan untuk itu YCMA membuat kegiatan kejuaraan *volleyball* Tingkat nasional lalu dengan signifikan *volleyball* telah menyebar luas ke berbagai belahan dunia. Saat itu, 1974 *volleyball* pertamakalnya di tandingkan di negara *Poland*. Lalu selang 10 tahun lamanya Dibuatlah *International Volleyball* atau yang kita kenal dengan Federasi Bola *Volley Internasional* dengan susunan 15 Negara anggota dengan pusatnya di Paris

Saat itu juga *volleyball* telah merasuk ke tanah air kita dengan ditandai kemunculan *club* di Sebagian kota metropolitan saat itu. Juga saat itu *volleyball* di *protect* oleh *Federation International Volleyball* atau lumrahnya disebut *FIVB*. Lalu sementara Indonesia juga di *protect* oleh PBVSI atau yang kita kenal sebagai persatuan bola **volley** seluruh Indonesia yang dimana d era tersebut PBVSI tentunya berperan secara krusial dalam pengembangan kegiatan terhadap *volleyball* Indonesia baik itu kegiatan Tingkat nasional maupun kegiatan Tingkat internasional. Dari sekian banyak cabor, Cabor *volleyball* juga punya perkembangan yang signifikan tentunya bagi kalangan sekolahan, *club*, maupun kalangan umum.

Tentunya hal itu tak lepas dari kesederhanaan permainannya serta sensasi *happy* saat permainannya jua. Menurut (Wahyu Cirana et al., 2021) “*Volleyball* ialah permainan yang Dimana hanya dimainkan oleh 2 tim saja yang pada tiap isi timnya terdiri hanya 6 anggota saja”. Dengan Prinsip pokok di permainan kategori berkelompok dengan makna suatu *collab* regu satu dengan regu lainnya yang tidak lain tujuannya adalah Kemenangan, dengan itu tiap *player* mesti menguasai beberapa Teknik dasar pada *volleyball* (*Passing, Blocking, Servis, & Smash*).

Sebuah *technic passing* itu merupakan Gerakan pemindahan bola dari rekan ke rekan lain dengan presisi (Suwignyo & Utomo, 2021). Untuk itu pada kali ini Teknik yang *basic* sebagai Teknik dengan tingkat krusial yang mesti dikuasai oleh *player volleyball* karena kalau mereka menguasainya tentunya kemenangan ada ditangan mereka. Menurut (Suwignyo & Utomo, 2021) Pemahaman dan penguasaan terhadap beberapa Teknik dasar menjadi *point* penting dalam permainan ini, termasuk *smash and block*. Serta *passing bagian bawah dan passing atas*. Dalam *volleyball* ada 2 jenis *passing* diantaranya Teknik *passing bagian bawah* serta *passing bagian atas* Dimana *Passing bagian atas* itu dapat dilakukan yang mengenai *volleyball* memakai kedua tangan di posisi atas kepala kita terhadap *player* lain lain yang terlibat kontak lanjutan serta *volleyball* itu ditujukan pada *attacker by enemy*.(Rohendi, 2020). Sedangkan *passing bagian bawah* adalah Teknik yang lumrah dipakai dalam *volleyball* yang diterapkan Ketika kita menerima beberapa *smash* dari lawan kita (Purnomo Adi & Indarto, 2021). Agar kita mengimplementasikan *passing* secara benar maka di perlukan model latihan bervariasi yang dapat meningkatkan *passing bawah*.

Dalam hal ini tentunya terdapat sebuah model. Yang Dimana model merupakan suatu perwujudan untuk sebuah objek yang Dimana objek itu tentu mengandung *Info* dari sebuah fenomena atau kondisi tertentu dengan maksud untuk mempelajari fenomena dari suatu system yang *real*. Suatu Model itu bertujuan agar mendapat sesuatu yang bersifat ideal walaupun pada kondisi yang kongkrit serta mendeskripsikan target yang ingin dicapai. Suatu model bisa diartikan sebagai wujud yang bersifat akurat yang actual dimana hal itu dapat memungkinkan individu ataupun *group* untuk dapat melakukan *action* dengan dasar model itu sendiri. (Sutranita, 2022). Suatu model juga diartikan sebagai suatu hasil pengamatan serta pengukuran yang didapat *by sistem*.

Suatu model Latihan dipakai sebagai media belajar yang dimana bisa *support* para atlet guna menguasai bahan yang dilatih, dengan ini seorang *coach* bisa memperlihatkan bagaimana suatu *training* dengan detail dengan berbasis tujuan, sehingga Seorang *coach* ataupun Guru mapel PJOK bisa dengan *easy* memberi materi kepada anak didiknya. Berlatih variasi adalah latihan yang melibatkan gerakan berbeda namun berhubungan dengan latihan utama. Suatu wujud *exercise variant* (bervariasi) tentunya *effective* guna mengoptimalkan teknik *passing* bagian bawah dalam *volleyball* adalah dengan melatih elemen-elemen yang tepat secara bertahap dan perlahan. Disini Ada berbagai definisi tentang model latihan bervariasi. Muslimin ( 2022) mengatakan bahwa latihan bervariasi ialah suatu cara mengatasi kebosanan atau *boring* pada pelaksanaan Latihan dengan dipakainya tentunya dengan berbagai macam variasi atau bentuk Latihan yang diciptakan.

Berdasarkan studi literatur yang berkaitan dengan penelitian penulis, sehingga penulis menguraikan kajian yang relevan yang bisa di jadikan acuan pada riset ini dengan harapan dapat memaparkan serta memeberikan reverensi teruntuk diri sendiri guna menuntaskan riset. Untuk itu akan dipaparkan beberapa rujukan riset terkait yaitu : Penelitian oleh Muslimin ( 2022) “Suatu Pengaruh Strategi pelatihan yang menggunakan berbagai variasitehadap skill Passing bagian bawah dalam volleyball terhadap Siswa SMP Negeri 59 Palembang”. Yang Dimana *passing* bawah menjadi focus yang mesti diketahui dan bagaimana dampak Latihan yang bervariasi dengan memakai OGPP design atau One Group Pretest-Posttest Design. Sedangkan cara mengumpulkan banyak data memakai skill test terkait passing bagian bawah dari volleyball. Untuk level yang berdampak besar terhadap pre-test dan post-test dari beberapa exercise yang bervariasi terhadap keterampilan passing bagian bawah volleyball dianalisis menggunakan Tes statistik t, dengan kriteria bahwa data dianggap penting apabila nanti nilai t yang dihitung tidak kurang dari nilai t dari tabel. Hasil penghitungan menunjukkan bahwa nilai t yang dihitung adalah 20,68. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai t dari tabel sebesar 2,05 pada tingkat probabilitas kesalahan maksimum 5%, yang menampakkan bahwa nilai t yang dihitung (20,68) tidak kurang dari nilai t dari tabel (1,76), sehingga hasilnya signifikan. Dengan adanya hasil yang didapat maka diringkas bahwa strategi pelatihan yang menggunakan berbagai variasi memiliki pengaruh kepada peningkatan skill passing bagian bawah *volleyball* terhadap siswa di SMP Negeri 59 kota Palembang.

*Training* atau lumrahnya disebut Latihan baik itu di cabor manapun yang diartikan sebagai suatu proses bertahap yang tentunya mengubah fisik, cara, serta

mengubah mental manusia dalam kehidupannya. Dimana latihan akan dilakukan untuk jangka panjang secara konsisten dengan tujuan menciptakan kinerja yang baik terhadap mental seseorang maupun pada proses biologis tubuh guna untuk menoreh prestasi yang dikejar (Jalaluddin et al., 2021). Untuk itu *goals* inti dari *exercise* ialah tidak lain ditujukan pada para atlet guna lebih mengoptimalkan *skill* yang ada serta meningkatkan kebugaran jasmani yang telah dibentuk serta mengasah kemampuan agar lebih meningkat sehingga dapat mencetak prestasi yang optimal. (Prayoga et al., 2022). Jika dinilai secara sisi kesehatan maka secara umum tujuan krusial berolahraga secara konsisten dilakukan guna mencapai kebugaran jasmani dan rohani secara *totalitas*.

Hal yang didapat dari pengamatan yang dikerjakan pada klub *volley* Bakung Hoktong, penulis melihat sebuah *problem* yang sering kali terlihat ketika mengikuti latihan, maupun sparing terlihat beberapa kali atlet melakukan kesalahan *passing* bawah. Hal ini menunjukkan bahwa minimnya *skill* atlet untuk mengerjakan *passing* bagian bawah hingga kemampuan atlet untuk mengerjakan *passing* bagian bawah kurang maksimal serta kurangnya motivasi atlet untuk mengerjakan *passing* bawah secara efektif dan tepat. Guna mengoptimalkan hal itu maka diperlukan suatu model yang dinilai dapat mengatasi masalah ini dan akan diterapkan guna mengoptimalkan sebuah hasil dari latihan serta *skill* atlet dalam hal *passing* bagian bawah. Dari inti *problem* yang diuraikan, jadi diambil riset tentang “Pengaruh Model Latihan Bervariasi Terhadap Kemampuan *Passing bagian bawah* Permainan Bola *Volley* Klub Bakung Hoktong Palembang”. Dengan menerapkan model latihan yang menarik akan meningkatkan potensi atlet klub *volley* Bakung Hoktong Palembang dalam melaksanakan *passing* bagian bawah.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun perumusan dalam masalah yang tepat yaitu Pengaruh apasaja yang ada atau tercipta pada penerapan model *training* Bervariasi untuk kemampuan *passing* bagian bawah pada atlet klub *volley* Bakung Hoktong Palembang ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun *goals* dalam riset yaitu Untuk mengetahui seberapa besar sebuah dampak atau pengaruh terhadap penerapan Model Latihan Bervariasi Terhadap *skill Passing* bagian bawah terhadap atlet klub *volley* Bakung Hoktong Kota Palembang ?

## **D. Manfaat Penelitian**

Beberapa faedah yang didapat dari riset ini diantara lain :

### **1. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Peneliti : Sebagai pengalaman yang bermanfaat dan sebagai bahan acuan untuk dapat memecahkan suatu masalah.
- b. Bagi Klub : Sebagai bahan evaluasi untuk mengoptimalkan *skill* passing bagian bawah melalui model Latihan Bervariasi *Passing* bagian Bawah pada atlet klub *volley* Bakung Hoktong Palembang.

### **2. Manfaat Teoritis**

- a. Untuk di gunakan sebagai bahan program latihan bagi atlet klub *volley* Bakung Hoktong Palembang.
- b. Sebagai bahan rujukan untuk penelitian berikutnya untuk penelitian terkait.