

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Segala aspek kehidupan Indonesia terus berkembang, baik material maupun spiritual. Pendidikan formal, nonformal, dan informal adalah cara yang sangat potensial untuk mencapai pembangunan manusia, yang antara lain merupakan modal tetap. Pemerintah Indonesia sangat memperhatikan olahraga karena dianggap memiliki peran penting dalam pembangunan dan meningkatkan kualitas manusia bangsa. Pembangunan dan pengembangan olahraga adalah upaya untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia dengan meningkatkan kesehatan, mental, rohani, dan sosial. Ini bertujuan untuk menciptakan karakter dan kepribadian melalui disiplin dan olahraga yang tinggi, serta peningkatan yang dapat menumbuhkan rasa kebanggaan nasional.

Bolavoli adalah olahraga yang sangat populer, dan menurut para ahli, bolavoli saat ini menjadi olahraga terpopuler kedua di dunia setelah sepakbola. Begitu pula di Indonesia, bolavoli merupakan olahraga yang sudah populer di kalangan masyarakat di sekolah, instansi pemerintah dan swasta serta perguruan tinggi. di lingkungan public. Permainan bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat baik di lingkungan sekolah, instansi pemerintah maupun swasta, perguruan tinggi serta di lingkungan umum. Prestasi permainan bolavoli akan baik bila jasmani dan rohani saling kait mengait di dalam gerakan-gerakan bermain, jiwa sebagai pendorong utama untuk menggerakkan kemampuan jasmani yang telah dimilikinya.

Pemain berbakat dapat dibina atau dibina sejak dini di sekolah-sekolah seperti sekolah dasar, sekolah menengah atau klub daerah. Pembinaan merupakan salah satu cara untuk menyiapkan pemain berbakat untuk sukses. Perkembangan prestasi tidak lepas dari faktor penentu olahraga. Faktor penentu kegiatan olahraga diklasifikasikan dalam empat aspek utama, yaitu: (1) aspek fisik, (2) aspek psikologis, (3) aspek lingkungan, (4) aspek pendukung (Sidik dkk, 2019). Diantara berbagai aspek tersebut, aspek fisik merupakan salah satu penentu utama tingkat pencapaian. Aspek biologis terdiri dari aktivitas atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ, struktur postur tubuh dan nutrisi.

Semua komponen yang ada harus mengembangkan kondisi fisik, meskipun dalam menerapkannya, penting untuk diketahui komponen mana yang membutuhkan lebih banyak pelatihan sesuai dengan cabang olahraganya. Tidak adanya satu komponen melemahkan hasil yang dicapai. Kondisi Fisik memegang peranan yang sangat penting dalam usaha untuk mencapai prestasi. Program pelatihan harus direncanakan secara sistematis untuk mencapai peningkatan kinerja yang lebih baik. Dalam hal kondisi fisik yang baik, diasumsikan dapat meningkatkan: (1) fungsi sirkulasi jantung meningkat, (2) semua komponen kondisi fisik dapat ditingkatkan, (3) gerakan lebih baik dari sebelumnya, (4) organ tubuh pulih lebih cepat setelah latihan, (5) ada respon yang cepat dari organisme tubuh sewaktu respon diperlukan (Harsono, 2017).

Untuk membentuk kematangan mental juara, (Sidik dkk, 2019) mengusulkan pembangunan kondisi fisik untuk mencapai pembentukan fisik yang kuat,

pengembangan kemampuan yang dimiliki, dan pembentukan mental yang kuat secara konsisten. Untuk mencapai prestasi optimal, empat jenis kelengkapan harus dipenuhi. Ini termasuk pengembangan fisik (*physical build-up*), pengembangan teknik (*technical build-up*), pengembangan mental (*mental build-up*), dan kematangan mental (Harsono, 2017).

Mendapatkan kemenangan dalam sebuah pertandingan, permainan bolavoli memerlukan kerja tim yang baik dan kemampuan masing-masing pemain. Karena kemampuan masing-masing individu dalam tim menjadi prestasi lebih baik dan meningkat. Untuk mencapai prestasi maksimal sangat penting untuk membangun dan meningkatkan kemampuan individu, seperti kemampuan teknik, fisik, dan taktik. Untuk menjadi pemain bolavoli yang sukses, seorang pemain harus menguasai teknik dasar permainan bolavoli dengan baik.

Teknik adalah cara melakukan sesuatu secara efisien dan efektif untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam permainan bolavoli, teknik dapat didefinisikan sebagai cara memainkan bola dengan cara yang sesuai dengan peraturan permainan untuk mencapai hasil yang optimal. Teori dan hukum ilmu seperti biomekanik, anatomi, fisiologi, kinesiologi, dan bidang lain yang mendukung teknik permainan selalu didasarkan pada permainan yang tepat (Mulyadi & Pratiwi, 2020). Beberapa tekni dasar yang perlu dikembangkan yaitu *service*, *passing*, *smash*, dan *block*. Untuk meningkatkan kualitas permainan bolavoli, teknik dasar harus dipelajari lebih awal. Pembinaan permainan bolavoli untuk meningkatkan prestasi yang optimal membutuhkan waktu yang lama, terprogram, sistematis dan dimulai dari usia dini.

Pembinaan prestasi ini bisa dilihat dari klub yang pembinaan permainan bolavoli secara terprogram dan sistematis. Di Kota Bekasi terdapat salah satu klub yang melatih bolavoli putri, klub ini sering mendapatkan juara diberbagai perlombaan bahkan klub beberapa atlet pernah di ajang PROLIGA, klub ini berkedudukan di Bekasi di binaan Bapak Rudy Iskandar, klub ini Bernama Bina Voli Nusantara (BPN). Berdasarkan paparan di atas penulis tertarik untuk meneliti dengan judul “Analisis Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bolavoli pada Atlet Bolavoli BVN Kota Bekasi”

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Peneliti memilih apa yang akan dimasukkan dan dikeluarkan dalam penelitian, yang dikenal sebagai batasan masalah atau delimitasi. Setelah peneliti memilih apa yang akan dimasukkan dan dikeluarkan, batasan masalah atau delimitasi membatasi penelitian agar lebih terkendali dan relevan dengan apa yang ingin dibuktikan. Berdasarkan penjelasan di atas Batasan dalam penelitian ini adalah

- a. Penelitian membahas tentang kondisi fisik dan keterampilan Teknik dasar permainan bolavoli.
- b. Peneliti menganalisis kedua variabel tersebut di atas selanjutnya mengkorlasikan kedua variable tersebut.
- c. Penelitian ini dilakukan pada atlet putri Club BVN Kota Bekasi
- d. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2024

2. Rumusan Masalah

Bagian penting dari penelitian adalah rumusan masalah, yang membantu menentukan jalan penelitian dan menjelaskan tujuan dan sarannya. Rumusan masalah harus dibuat dengan jelas, spesifik, dan terfokus pada masalah yang akan diteliti. Rumusan masalah juga biasanya disertai dengan hipotesis atau teori yang menjelaskan apa yang diharapkan ditemukan dalam penelitian. Rumusan masalah penelitian ini adalah

- a. Bagaimanakah tingkat derajat kondisi fisik atlet bolavoli putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi.
- b. Bagaimanakah tingkat keterampilan Teknik dasar permainan bolavoli atlet putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi.
- c. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kondisi fisik dan keterampilan Teknik dasar permainan bolavoli pada atlet putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi

C. Tujuan Penelitian

Dalam sebuah proposal penelitian dan laporan penelitian, tujuan penelitian didefinisikan sebagai rumusan kalimat yang menunjukkan hasil atau apa yang akan diperoleh dari penelitian setelah penelitian selesai. Berdasar penjelasan tersebut tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimanakah tingkat derajat kondisi fisik atlet bolavoli putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi

2. Untuk mengetahui bagaimanakah tingkat keterampilan Teknik dasar permainan bolavoli atlet putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi
3. Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kondisi fisik dan keterampilan Teknik dasar permainan bolavoli pada atlet putri klub Bina Voli Nusantara (BVN) Kota Bekasi

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian, juga dikenal sebagai "kegunaan penelitian", adalah penegasan dan harapan peneliti bahwa temuan penelitian akan memiliki manfaat akademik dan praktis. Apaun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Menambahkan ide atau teori ke dalam bidang ilmu pengetahuan tentang kondisi fisik yang harus dimiliki pemain bolavoli serta keterampilan teknik dasar yang diperlukan untuk bermain permainan bolavoli. Khususnya, tentang bagaimana kondisi fisik mempengaruhi keterampilan teknik dasar yang diperlukan untuk bermain bolavoli.

2. Manfaat Praktis

Dapat memberikan masukan yang berarti bagi klub bolavoli BVN dan klub bolavoli lainnya untuk meningkatkan prestasi atlet. Terutama perspektif kondisi fisik dan Teknik dasar. Perkembangan teori saling berhubungan dengan teori-teori yang digunakan dalam penelitian, disiplin ilmu, dan bidang akademik.

E. Definisi Operasional

1. Kondisi Fisik

Kemampuan untuk melakukan olahraga diukur oleh kondisi fisik seseorang. Ketika seseorang dalam kondisi fisik yang baik, mereka akan melihat peningkatan kapasitas sistem sirkulasi dan kerja jantung, peningkatan kekuatan, kelentukan, stamina, kecepatan, dan variasi lainnya (Harsono, 2017). Selain itu, latihan akan menyebabkan pemulihan tubuh yang lebih cepat. Dalam penulis menganalisis kondisi fisik atlet bolavoli meliputi kekuatan (*strength*), kecepatan (*Speed*), kelincahan (*agility*), daya tahan (*endurance*), kelentukan (*flexibility*) dan daya ledak (*power*). Yang diukur dengan tes kondisi fisik.

2. Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Permainan bola voli adalah olahraga tim di mana dua regu bermain melawan satu sama lain. Satu tim terdiri dari enam pemain, dan pemain harus memahami beberapa teknik dasar permainan bola voli agar dapat bermain dengan baik mencetak poin dan melakukan serangan balik pada tim lawan. Teknik dasar yang dimaksud dalam penelitian adalah: (1) Passing; (2) Service, dan (3) Smash yang diukur dengan tes keterampilan permainan bolavoli.