

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pada masa sekarang, olahraga merupakan hal yang umum untuk dibicarakan di berbagai kalangan. Olahraga merupakan kebutuhan hidup yang tidak dapat ditinggalkan, dan harus dilaksanakan secara rutin/berulang-ulang untuk menjaga kesehatan dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan sosial. Aktivitas olahraga tidak membeda-bedakan individu berdasarkan ras, golongan, agama, status ekonomi, jenis kelamin, dan usia, karena semua orang dapat berolahraga sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Bola voli adalah olahraga yang populer di kalangan masyarakat mulai dari usia anak-anak hingga dewasa, baik laki-laki maupun perempuan. Permainan bola voli membutuhkan koordinasi gerak yang sangat baik untuk setiap gerakan dalam permainan. Menurut Widodo (2017) permainan bola voli adalah permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan regu yang bermain di atas lapangan dan ukuran-ukuran tertentu. Permainan bola voli adalah jenis olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan dengan bola sebagai alat utama untuk bermain. Tim terdiri dari 14 pemain, termasuk pemain cadangan dan 2 libero berfungsi sebagai pengganti spaiiker. Yang menjadi sasaran adalah mengirimkan bola di atas net dan di dalam batas-batas lapangan sampai lawan tidak mampu mengembalikan bola

atau mencegah agar tidak jatuh ke tanah (Supriatna et al., 2022). Untuk mencapai prestasi di dalam cabang olahraga bola voli perlu di mulai sejak umur muda, yang di maksud muda yaitu berumur sekitar 9 sampai 13 tahun. Mempunyai bakat (potensi) yang tinggi untuk dikembangkan menjadi pemain yang baik (Setia Budi, 2021).

Permainan bola voli dimainkan di lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Lapangan bola voli terbagi menjadi 2 bagian sama besar yang masing-masing berukuran 9 x 9, dan ada garis di tengah yang membagi lapangan menjadi 2 bagian sama besar. Masing-masing lapangan terdiri dari daerah serang dan daerah pertahanan. Daerah serang yaitu daerah yang dibatasi oleh garis tengah lapangan dengan luas 9x3 meter. Kemudian memiliki daerah servis selebar 9 meter terletak pada garis belakang lapangan. Daerah tersebut dibatasi oleh dua garis pendek sepanjang 15 cm yang dibuat 20 cm di belakang garis akhir. Kedua garis pendek tersebut sudah termasuk di dalam daerah service, perpanjangan daerah servis adalah kebelakang sampai dengan batas akhir daerah bebas.

Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) menjadi induk organisasi bola voli di Indonesia dalam rangka memajukan prestasi, dengan cara mengadakan kompetisi atau pertandingan di tingkat pemula, junior atau senior serta memilih berprestasi dari organisasi atau sekolah bola voli di daerah-daerah. Permainan ini telah dipertandingkan pada acara olahraga besar seperti PON, *Sea Games*, *Asian Games*, dan Olimpiade. Selain itu, juga

sering diperlombakan di tingkat sekolah seperti SD, SMP, SMA di antaranya adalah POPDA, O2SN, ulang tahun sekolah dan instansi, dan lainnya.

Permainan bola voli yang dibutuhkan selain teknik, taktik, dan kondisi fisik tidak kalah pentingnya yaitu pemahaman atlet terhadap peraturan permainan. Menurut Mulyadi & Pratiwi (2020) pertama kali disusun peraturan permainan bola voli pada tahun 1896, sejalan dengan perkembangannya peraturan bola voli terus berkembang hingga saat ini.

Peraturan permainan berfungsi untuk memperjelas cara dan mengontrol peraturan yang telah dibuat demi kelancaran suatu pertandingan, sehingga pemahaman atlet terhadap peraturan bola voli sangat berpengaruh terhadap kualitas bermain tim. Pemahaman peraturan permainan bola voli merupakan salah satu faktor penting yang harus dimiliki baik atlet, pelatih maupun official (Yusfi & Solahuddin, 2021 dalam Indrayogi et al., 2022). Pemahaman peraturan tentunya akan sangat menguntungkan bagi setiap atlet yang akan bermain dan menjadikan seorang atlet dapat menguasai sebuah permainan, berbeda dengan atlet yang kurang memahami peraturan permainan maka akan mengalami kesulitan. Oleh karena itu, atlet bola voli kelompok usia dini, junior maupun senior harus memiliki pemahaman peraturan permainan bola voli yang baik dan benar bagi atlet dapat meminimalisir pelanggaran yang terjadi saat permainan, dimana dapat mengurangi poin dalam permainan atau bahkan di diskualifikasi (Juniardi & Redno, 2019 dalam Indrayogi et al., 2022).

Atlet saat ini juga perlu mengetahui perbedaan ataupun perkembangan peraturan permainan bola voli yang baru, supaya lebih mudah untuk memahami dan atlet tidak canggung dalam bermain. Peraturan yang berkembang saat ini adalah pergantian pemain hanya boleh dilakukan satu kali dengan pengganti yang sama, boleh mengganti pemain servis, pemain yang menyentuh keseluruhan net di dalam lapangan dianggap pelanggaran.

Kesalahan yang sering terjadi selama pertandingan bola voli adalah toser tidak bisa menempatkan posisi, sebelum lawan melakukan servis sehingga tim ini terjadi permasalahan konsentrasi di dalam lapangan, saat pelatih harus mengintruksi kesalahan, maka tidak mudah untuk langsung bisa di pahami oleh atlet karena beberapa faktor kondisi dilapangan. Fatalnya bisa terjadi kehilangan poin dengan sia sia, yang kedua disaat pola penyerang tiga di depan. Pemain yang berada di posisi tengah, berfikiran posisi tengah akan menjadi toser. Pemain menjadi canggung dalam bermain karena kebingungan dan mengakibatkan tim menjadi lengah. Perputaran posisi juga menjadi permasalahan jika saat posisi penyerang tiga di depan. Posisi tiga (penyerang tengah) kebingungan untuk berotasi posisi selanjutnya, ada yang salah kembali ke posisi lima. Semua itu merupakan kesalahan ringan yang kurang dipahami oleh atlet. Kesalahan selanjutnya kurang tepat ambil keputusan saat mekakukan blok karena ragu ragu. Bola terbendung mengenai tangan tetapi bola masih masuk di hadapannya, tetapi dia tidak mengambilnya dan membiarkan bola jatuh.

Kesalahan seperti itu jika terjadi terus menerus selama pertandingan maka menjadi kendala besar untuk perlu di tidak lanjuti terhadap peningkatan pemahaman dalam permainan. Begitu pentingnya pemahaman atlet terhadap peraturan di dalam permainan bola voli, dan memiliki pengaruh yang sangat besar di dalam tim. Meskipun hanya satu atlet yang belum paham terhadap beberapa peraturan permainan sangat mempengaruhi kualitas tim dalam bermain, sehingga mengakibatkan lengah dalam bertahan dan lemah dalam penyerangan karena pengaruh emosi di dalam tim itu sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Novy et al. (2022) bahwa hasilnya menunjukkan tingkat pemahaman atlet kelompok usia 16 tahun terhadap peraturan permainan bola voli adalah rendah. Hasil penelitian sebelumnya oleh Widodo (2017) bahwa tingkat pemahaman siswa ekstrakurikuler bola voli SMP se-Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul terhadap peraturan permainan bola voli termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan pemaparan diatas penulis akan melakukan penelitian yang akan menganalisis tingkat pemahaman peraturan permainan bola voli pada atlet kelompok junior di club NVC Ngawi. Penelitian yang akan dilakukan berjudul “Analisis Tingkat Pemahaman Peraturan Permainan Bola Voli Pada Atlet Kelompok Junior di Club NVC Ngawi”.

## **B. Fokus Penelitian**

Penelitian ini difokuskan kepada atlet kelompok usia junior di club bola voli NVC Ngawi, dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana pemahaman atlet junior tentang peraturan permainan bola voli. Penelitian ini

menggunakan sampel atlet junior laki-laki untuk dianalisis pemahaman peraturan permainan bola voli. Selain itu, penelitian ini juga memperhatikan rentang usia atlet junior yang berpartisipasi, yaitu di bawah 19 tahun dengan rentang usia 14-18 tahun. Fokus ini memungkinkan penelitian untuk menganalisis bagaimana tingkat pemahaman peraturan permainan bola voli berkembang seiring bertambahnya usia para atlet junior.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman peraturan permainan bola voli pada atlet kelompok usia junior laki – laki di club bola voli NVC Ngawi. Penelitian ini dirancang untuk mengevaluasi sejauh mana atlet junior memahami berbagai aspek peraturan dalam permainan bola voli, yang mencakup aturan dasar, teknik permainan, dan etika olahraga. Dengan fokus pada atlet junior, penelitian ini berupaya untuk mengidentifikasi kesenjangan dalam pemahaman mereka serta faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pemahaman tersebut. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang program pelatihan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pelatih, manajemen klub, dan organisasi olahraga dalam mengembangkan strategi pembelajaran dan pelatihan yang lebih baik, sehingga dapat meningkatkan kualitas permainan dan disiplin para atlet.

Secara khusus, penelitian ini ingin mengungkapkan apakah terdapat perbedaan signifikan dalam pemahaman peraturan permainan bola voli berdasarkan faktor usia dan pengalaman bermain. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan gambaran umum tentang pemahaman peraturan di kalangan atlet junior, tetapi juga memberikan panduan yang berguna untuk intervensi pendidikan dan pelatihan di masa mendatang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan referensi bagi instansi dan organisasi terkait pentingnya analisis tingkat pemahaman peraturan permainan bola voli pada atlet kelompok usia junior laki - laki di club NVC Ngawi serta dapat mengetahui perbedaan ataupun perkembangan peraturan permainan bola voli yang baru.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Penelitian ini sebagai sarana mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan khususnya di cabang olahraga bola voli terkait analisis tingkat pemahaman peraturan permainan bola voli pada atlet kelompok usia junior laki – laki di club NVC Ngawi.

###### **b. Bagi Atlet**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan atau wawasan atlet terkait peraturan permainan bola voli yang baru dan manfaat bagi atlet itu sendiri dapat meminimalisir pelanggaran yang

terjadi pada saat permainan berlangsung, karena peraturan permainan bola voli terus berkembang sejak pertama kali permainan bola voli diciptakan.

## **E. Definisi Istilah**

### **1. Tingkat Pemahaman**

Tingkat pemahaman mengacu pada seberapa baik atlet memahami dan menerapkan aturan permainan. Pemahaman bisa bervariasi dari tingkat yang sangat dasar hingga yang sangat mendalam, pemahaman terhadap peraturan tentu akan memberikan manfaat yang besar bagi setiap atlet yang bertanding dan akan mampu menguasai permainan, berbeda dengan atlet yang kurang memahami peraturan pertandingan maka akan mengalami kesulitan. Oleh karena itu, memiliki pemahaman peraturan pertandingan bagi atlet dapat meminimalisir pelanggaran yang terjadi saat pertandingan, dimana dapat mengurangi poin dalam pertandingan atau bahkan di diskualifikasi.

### **2. Peraturan Bola Voli**

Peraturan dalam bola voli mencakup aturan yang ditetapkan untuk mengatur jalannya pertandingan termasuk teknis permainan, tata cara, dan perilaku yang harus diikuti oleh semua peserta. Definisi peraturan bola voli mencakup beberapa aspek utama meliputi teknis permainan, poin dan sistem pertandingan, pelanggaran dan sanksi, peran wasit dan pengadil, etika dan *fair play*.