

Analysis of the Difficulty in Performing the Volleyball Bottom Passing Technique at the Sahabat Muda Club

Analisis Kesulitan Teknik Passing Bawah Bola Voli Pada Klub Sahabat Muda Volly Ball Lubuklinggau

Amelia Afriyanti ¹⁾; Helvi Darsi ²⁾; Ever Sovensi ³⁾;

^{1,2,3)} Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pgrri Lubuklinggau

Corresponding Author :

²⁾ dr.helvidarsi.m.pd@gmail.com

How to Cite :

Afriyanti, A., Darsi, H., Sovensi, E. (2022) Analysis of Difficulties in Performing the Technique of Underwater Passing Volleyball at the Young Friends Club UNPARI 2022. Sinar Sport Jurnal, 2(1). DOI: <https://doi.org/10.53697/ssjv2i1>

ARTICLE HISTORY

Received [10 Mei 2022]

Revised [01 Juni 2022]

Accepted [15 juni 2022]

Kata Kunci :

Kesulitan Teknik Passing Bawah, Bola Voli

Keywords :

Difficulty Of Passing Down Technique, Vollyball

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesulitan teknik passing bawah klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau dan untuk mengetahui faktor penyebab kesulitan atlet melakukan passing bawah klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif yang menjelaskan situasi atau kegiatan yang sedang berlangsung dengan melakukan wawancara. Dalam penelitian ini populasi berjumlah 15 orang dan menjadi sampel berjumlah 10 orang yang mengikuti kegiatan latihan bolavoli di Klub Sahabat Muda. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara untuk mengetahui kesulitan dan faktor kesulitan setiap individu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Kesalahan yang biasa terjadi ketika melakukan passing bawah adalah posisi kedua lengan terlalu tinggi. Ketika menerima bola, kedua lutut tidak di tekuk. Kedua lengan tidak rapat, perkenaan bola pada bagian lengan atas. 2) Penyebabnya adalah karena kesalahan memposisikan lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit, akibatnya bola berputar atau membelok arahnya. Perkenaan bola pada kepalan telapak tangan yang kurang tepat. Pada saat kontak dengan bola lengan kurang sejajar. Tidak gerakan yang harmonis atau simultan antara gerakan lengan badan dan kaki. Terlalu eksplosif gerakan ayunan secara keseluruhan, sehingga bola jauh menyeleweng. Lutut kurang menekuk pada langkah persiapan pelaksanaan. Perkenaan atau kontak bola dengan lengan bawah terlambat sehingga arah bola ke atas belakang. Bola tinggi yang seharusnya di passing atas, tetapi diambil dengan passing bawah, sehingga tidak akurat pada sasaran yang dituju. Kurang dapat mengatur kontak dengan bola cepat, sesuai dengan datangnya bola.

ABSTRACT

This study aims to determine the difficulty of the underhand passing technique of the Sahabat Muda club in Lubuklinggau City and to determine the factors causing the difficulty of athletes doing the underpassing of the Sahabat Muda club in Lubuklinggau City. This research is a qualitative descriptive research that explains the situation or ongoing activities by conducting interviews. In this study, the population was 15 people and the sample consisted of 10 people who took part in volleyball training activities at the Young Friends Club. Data collection techniques using observation and interviews to determine the difficulties and factors of difficulty of each individual. The results of this study indicate that the description 1) The error that usually occurs when doing a downward pass is that the position of both arms is too high. When receiving the ball, both knees are not bent. The arms are not tight, the ball hits the upper arm. 2) The cause is due to an error in positioning the batting arm bent at the elbow so that the bat is narrow, as a result the ball rotates or turns its direction. Improper impact of the ball on the palm of the hand. At the time of contact with the ball the arms are not parallel. There is no harmonious or simultaneous movement of the arm and leg movements. Too explosive movement of the swing as a whole, so the ball is far off the mark. Knees are less bent in the preparation step of implementation. Hit or contact the ball with the forearm too late so that the direction of the ball is up and back. The high ball that should have been in the top pass, but was taken with the bottom pass, so it is not accurate at the intended target. Less able to regulate contact with the ball quickly, according to the arrival of the ball.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari masyarakat dunia yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari dan menjadi salah satu kebutuhan yang sangat penting bagi manusia. Saat ini, perkembangan dan kemajuan bidang olahraga di dunia, termasuk Indonesia berkembang sangat cepat. Hal ini dapat dilihat dari prestasi dan antusiasme masyarakat terhadap olahraga, serta data statistik event turnamen yang terus meningkat. Banyak atlet-atlet berprestasi hingga menembus kancah nasional sampai internasional. Ditinjau dari tujuannya, olahraga dapat digolongkan menjadi dua kelompok, olahraga prestasi dan olahraga rekreasi. Olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilakukan dengan tujuan memperoleh prestasi dan biasanya melalui event turnamen. Sedangkan olahraga rekreasi merupakan olahraga yang dilakukan dengan tujuan kesenangan/hobby untuk mengisi waktu luang atau hiburan.

Pelatihan olahraga yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien. Oleh sebab itu, pembangunan dan pengembangan olahraga perlu mendapatkan perhatian yang lebih baik melalui perencanaan yang sistematis dan kesinambungan. Sesuai dengan yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 23 (2007 : 17), yaitu: "Pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan". Dalam upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu terus dilaksanakan pembinaan olahragawan sedini mungkin melalui pembibitan dan pendidikan.

Permainan bolavoli termasuk permainan oleh dua regu yang terdiri dari enam orang pemain dan bertanding sampai mendapat poin 25 terlebih dahulu. Pada dasarnya prinsip permainan bolavoli adalah melambungkan bola agar jangan sampai menyentuh lantai. Bolavoli adalah olahraga permainan tim, jadi setiap anggota harus mempunyai kerjasama yang baik di dalam tim yang menuntut kemampuan yang dimiliki individu, agar dalam pertandingan bisa menjadi juara. Kemampuan individu berupa teknik, fisik, taktik dan mental. Dalam permainan bolavoli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai. Setiap pemain pasti ingin mencapai prestasi yang tinggi saat bermain bolavoli (Herianto, 2018:35).

Teknik merupakan cara untuk melakukan sesuatu secara terinci untuk mencapai suatu tujuan yang efektif dan efisien. Teknik dalam permainan bola voli adalah bagaimana cara seseorang memainkan bola dengan efektif sesuai peraturan yang ada demi hasil yang maksimal. Teknik permainan yang baik selalu berlandaskan teori yang diakui dalam ilmu pengetahuan yang menghasilkan pelaksanaan teknik tersebut. Kemampuan teknik yang dimiliki adalah faktor keberhasilan dalam permainan bolavoli.

Teknik dasar bolavoli terdiri atas: (1) service, (2) passing, (3) smash, (4) blocking. (Gazali, 2016:2). Teknik dasar bolavoli harus dikuasai sejak dini untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bolavoli. Teknik-teknik tersebut mampu dikuasai dengan latihan dan pertandingan yang diadakan secara berkelanjutan. Melalui latihan yang terencana seseorang diharapkan mampu menguasai semua teknik dan keterampilan permainan bolavoli. Dalam olahraga bola voli passing merupakan bagian salah satu Teknik tertentu untuk memainkan atau mengoperkan bola di lapangan sendiri bersama team.

Passing bawah dalam bola voli bagian untuk penerimaan atau pertahanan yang dilakukan dalam permainan bola voli. Passing bawah suatu gerakan dalam menerima bola melalui pantulan kedua tangan yang akan dilambungkan lagi dalam regu team sendiri. Passing bawah atau lambungan bola yang baik akan mempermudah teman se-regu untuk mengambil bola dimainkan lagi pada team sendiri untuk melakukan penyerangan pada team lawan. Anpulo, (2018:148) mendefinisikan passing bawah "mengoperasikan atau menghubungkan bola ke dalam satu regu dengan teknik yang baik"

Passing bawah seringkali digunakan untuk mengarahkan bola kepada rekan satu tim. Sangat penting artinya bagi setiap pemain untuk dapat meredam kekuatan bola yang dipukul dengan keras tersebut dan mengarahkan bola tersebut ke rekan satu tim agar ia dapat melakukan operan overhead atau mengumpan bola. Teknik ini merupakan titik awal dari sebuah penyerangan. Bila

bola yang dioperkan jelek, pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang baik untuk para penyerang. Untuk passing bawah ini masih banyak pemain klub yang mengalami kesulitan dalam melakukannya.

Klub Sahabat Muda adalah salah satu klub yang ada di Lubuklinggau adalah yang berdiri pada tanggal 13 Oktober 2020. Klub Sahabat Muda ini didirikan oleh Bapak Errick Xanders, S.Pd.I untuk mengakomodir kegiatan positif remaja-remaja yang hobby bermain bola voli di lingkungan Kelurahan Taba Jemekeh pada umumnya dan gang Batu Nisan pada khususnya. Berdasarkan hasil observasi, wawancara dengan Bapak Erik, informasi yang didapat bahwa latihan yang dilakukan di Klub Sahabat Muda pada hari Senin, Rabu dan Jum'at yaitu pukul 16.00 – 18.00 WIB. Pola latihan yang diberikan adalah passing, smash dan block. Pelatih yang melatih ada 3 orang yang merupakan salah satu atlet tingkat daerah provinsi sumatera selatan.

Selanjutnya dari hasil pengamatan dilapangan dan informasi dari pelatih terhadap tim Klub Sahabat Muda, bahwa kompetensi passing pemain masih rendah. Seperti arah bola melenceng ke kiri atau ke kanan, terkadang bola melewati net. Ini yang menyebabkan bola tidak sampai ketoser, sehingga pengumpan tidak maksimal dalam memberikan umpan untuk melakukan serangan. Hal inilah yang menyebabkan tim belum maksimal dalam melakukan serangan kepada tim lawan sehingga tim tersebut sering mengalami kekalahan ketika mengikuti pertandingan. Seperti yang kita ketahui passing merupakan hal yang mendasar bagi tim untuk memperoleh hasil yang baik dalam setiap pertandingan. Disini peneliti melihat teknik yang digunakan untuk passing bawah bola voli pemain Klub Sahabat Muda belum sesuai seperti yang seharusnya dilakukan.

METODE PENELITIAN

Analisis data dalam penelitian kualitatif bersifat terus-menerus. Bogdan, dkk dalam Sugiyono (2018: 244) berpendapat analisis data kualitatif merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang telah di dapat dari hasil observasi, wawancara, dan sumber lainnya agar mudah dipahami orang lain. Pendapat lain menyatakan bahwa proses analisis data diawali dengan menelaah berbagai data yang ada dari berbagai sumber seperti: wawancara, dokumentasi dan lainnya.

Berdasarkan uraian di atas peneliti harus mengumpulkan data yang akurat selama kegiatan penelitian berlangsung agar apa yang terjadi di lapangan dapat disampaikan dengan baik. Miles dan Huberman dalam Sugiyono (2018:243) menjelaskan penelitian kualitatif analisis data dapat dilakukan dengan cara interaktif melalui proses reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi selama proses pengumpulan data.

HASIL

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, data yang diperoleh menggunakan metode analisis data dalam pengambilan datanya menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Data yang dikumpulkan adalah bagaimana kesulitan dan apa penyebab kesulitan dalam melakukan passing bawah.

Penelitian ini dilakukan di Klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau. Peneliti menemukan beberapa hasil yang diperlukan pada saat melakukan observasi pada atlet bolavoli Klub Sahabat Muda. Berdasarkan permasalahan dan tujuan yang telah dijelaskan pada latar belakang, yaitu untuk mengetahui bagaimana dan apa penyebab kesulitan teknik *passing* pada peserta klub Klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau.

Telah diperoleh hasil observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil dari pengumpulan data tersebut dideskripsikan dalam bentuk narasi. Sehingga dapat menjelaskan apa kesulitan yang dimiliki peserta dan apa penyebab kesulitan pada saat melakukan passing bawah bolavoli.

1. Deskripsi Analisis Kesulitan Passing Bawah Bolavoli di Klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau

Teknik *passing* pada cabang olahraga bolavoli adalah teknik yang harus dikuasai oleh atlet untuk mencapai kemenangan dan prestasi yang diinginkan. Selama peneliti menjalani proses penelitian dan pengumpulan data dibantu oleh pelatih yang sangat antusias memberikan informasi yang diinginkan peneliti. Dengan ucapan yang ramah dan tegas beliau siap menjawab pertanyaan yang diberikan oleh peneliti. Sehingga saat mengumpulkan informasi tidak ada kekeliruan terhadap semua pihak yang terkait. Deskripsi analisis dilakukan untuk mengetahui kesulitan teknik passing bawah atlet bolavoli Klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau yang dilakukan dengan cara menggunakan hasil observasi, wawancara dan dokumentasi.

Deskripsi analisis kesulitan ini berdasarkan pengamatan dengan memberikan indikator yaitu sikap persiapan, sikap perkenaan dan sikap mendarat. Untuk indikator sikap persiapan pada aspek posisi berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, dari 15 atlet yang di amati, yang melakukan sikap sempurna ada 13 orang dan 2 orang tidak sempurna. Pengamatan saat mengayunkan kedua tangan kedepan secara bersamaan yang membantu daya dorong ke atas, dari 15 atlet ada 11 orang melakukan dengan baik dan 4 orang tidak melakukan dengan baik. Pengamatan pandangan ke arah datangnya bola, dari 15 atlet ada 12 orang melakukan dengan baik dan 3 orang tidak melakukan dengan baik.

Berdasarkan pengamatan dan seperti yang diungkapkan pelatih atlet mengalami kesulitan saat sikap persiapan yaitu mengambil posisi berdiri dengan kedua kaki di buka sebelar bahu. Kebanyakan peserta hanya focus pada satu gerakan. Sehingga ketika tangan bergerak lambat akan menyulitkan sikap perkenaan terhadap bola. Dalam sikap perkenaan kesulitan yang dialami adalah sulit menekul kedua lutut di sikap persiapan.

Untuk indikator sikap persiapan pada aspek kedua lengan di dorong ke arah datangnya bola dan tubuh berada di tengah-tengah arah datangnya bola, dari 15 atlet yang di amati, yang melakukan sikap sempurna ada 13 orang dan 2 orang tidak sempurna. Pengamatan saat perkenalan bola tepat pada pergelangang tangan, dari 15 atlet ada 11 orang melakukan dengan baik dan 4 orang tidak melakukan dengan baik.

Berdasarkan pengamatan dan seperti yang diungkapkan pelatih atlet mengalami kesulitan saat sikap perkenaan yaitu lambatnya kedua lengan di dorong ke arah datangnya bola dan tubuh berada di tengah-tengah arah datangnya bola.

Untuk indikator sikap persiapan pada aspek mendarat tumit dari lantai, sedangkan pinggul dan lutut naik dengan kedua lengan lurus, dari 15 atlet yang di amati, yang melakukan sikap sempurna ada 13 orang dan 2 orang tidak sempurna. Pengamatan saat mendarat pandangan mengikuti arah gerakan bola, agar bola bisa mengumpun dengan baik, dari 15 atlet ada 11 orang melakukan dengan baik dan 4 orang tidak melakukan dengan baik.

Berdasarkan pengamatan dan seperti yang diungkapkan pelatih atlet mengalami kesulitan saat sikap mendarat yaitu tidak konsennya pandangan mengikuti arah gerakan bola, agar bola bisa mengumpun dengan baik..

Berdasarkan deskripsi kesulitan gerakan passing bawah pada atlet terletak pada sikap persiapan dan perkenaan. Dalam teknik passing bawah sikap perkenaan dan persiapan merupakan hal yang sangat penting jika ingin melakukan passing bawah yang sempurna. Kesulitan yang dialami pada sikap persiapan yaitu sulit mengambil langkah yang pas, peserta sering mengambil langkah terlalu lebar sehingga untuk menyambut bola kurang pas sulit menjangkau bola.

Kesulitan pada sikap persiapan adalah kurang lentuknya kedua lutut yang memperlambat gerakan tangan sehingga sulit menempatkan perkenaan dengan bola. Perkenaan bola yang sering mengenai ujung-ujung jari membuat bola tidak bisa melewati net atau bola melambung ke atas melewati lapangan.

Gambar 1. Posisi tangan saat menerima bola



Pengamatan dilakukan dengan cara mengamati hasil kejadian nyata dilapangan yang terlihat jelas oleh peneliti. Dari hasil observasi bisa saja memiliki hubungan dengan hasil wawancara. Dengan melakukan observasi, wawancara dan dokumentasi maka peneliti melakukan triangulasi data.

2. Deskripsi Penyebab Kesulitan Atlet Melakukan Passing bawah di Klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau

Deskripsi penyebab kesulitan passing bawah pada atlet disebabkan oleh kesalahan gerak. Kesalahan umum yang dilakukan atlet pada saat melaksanakan passing bawah adalah bola yang sering di ambil tidak di kembalikan sempurna.

Dari hasil pengumpulan data tentang kesulitan passing bawah disebabkan karena faktor kesalahan gerak yang dilakukan atlet yaitu:

- Ketika atlet melakukan passing bawah, bola tidak terambil sempurna karena kesalahan memposisikan tubuh berada di tengah tengah arah datangnya bola.
- Passing yang dilakukan seringkali bola kehilangan arah. Artinya bola tidak tepat sasaran sehingga gerakan bola tidak dapat dikendalikan dan ada menuju keluar lapangan
- Selain itu juga terlihat pada saat pemain menerima smash dari lawan bola bergerah keluar lapangan, dimana passing yang dilakukan tidak mempengaruhi arah bola yang di smash oleh lawan

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Klub Sahabat Muda Kota Lubuklinggau menunjukkan bahwa kesulitan yang dimiliki atlet pada teknik passing bawah adalah pada sikap persiapan dan sikap perkenaan.

Menurut pelatih kesulitan pemain pada sikap persiapan dalam melakukan teknik *passing bawah*, dalam sikap persiapan kesulitan yang dialami adalah mengambil langkah cepat dengan ayunan tangan yang cepat sehingga harus memfokuskan gerakan yang membantu daya dorong ke atas, hal ini sering dialami oleh peserta saat melakukan passing bawah. Kebanyakan peserta hanya focus pada satu gerakan. Sehingga ketika tangan bergerak lambat akan menyulitkan sikap perkenaan terhadap bola.

Kesulitan pemain pada sikap perkenaan dalam melakukan teknik *passing bawah* menurut pelatih, dalam sikap perkenaan kesulitan yang dialami adalah berusaha memfokuskan mengambil terhadap bola tepat sasaran, mengembalikan bola terlalu tinggi sehingga bola keluar dari lapangan, dan melambatkan gerakan tangan sehingga bola menyangkut di net. Kesulitan pemain pada saat

sikap mendarat adalah dalam sikap mendarat kesulitan yang dialami tidak begitu mencolok, peserta juga mendaratkan dua kaki secara lentur sehingga menghindari cedera.

Kesulitan pemain dalam melakukan teknik passing bawah selain dari poin 1,2,3 adalah kesulitan yang dialami peserta selain dari poin pertanyaan di atas adalah setelah mengambil bola tidak bergerak menyilang menyebrangi net, kesulitan lain juga dialami ketika proses latihan berlangsung masih ada yang tidak serius mengikuti latihan.

Dalam hal ini akan dibahas mengenai hasil observasi, wawancara dan dokumentasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada informan penelitian. Sebagaimana diketahui bahwa dari hasil pengumpulan data kesulitan teknik smash pada passing bawah terdapat pada sikap persiapan dan sikap pelaksanaan. Kemampuan passing bawah yang dimiliki pemain masih terbilang rendah, hal ini terlihat pada saat pemain melakukan passing, dimana setiap passing yang dilakukan seringkali bola kehilangan arah. Artinya bola tidak tepat sasaran sehingga gerakan bola tidak dapat dikendalikan dan ada menuju keluar lapangan, selain itu juga terlihat pada saat pemain menerima smash dari lawan bola selalu bergerah keluar lapangan, dimana passing yang dilakukan tidak mempengaruhi arah bola yang di smash oleh lawan. Jadi masalah rendahnya kemampuan passing bawah yang dimiliki oleh pemain bolavoli Klub Sahabat Muda dapat mempengaruhi prestasi yang dimilikinya seperti, yang terlihat sejak tahun 2017, dimana prestasi bolavoli yang dimiliki pemain Klub Sahabat Muda terlihat menurun bahkan tidak mendapat juara.

Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran dalam posisi. Jadi kelincahan seseorang juga dapat mempengaruhi kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli. Gerak dalam melakukan persiapan dan pelaksanaan serta gerakan lanjutan yang dilakukan pada saat melakukan passing bawah diduga juga dapat mempengaruhi keakuratan passing bawah yang dilakukan. Dimana dalam hal ini ketika pada saat melakukan gerakan passing bawah ketiga rangkaian ini tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya. Salah satu dari gerakan yang dilakukan tidak sesuai dengan indikator gerak yang dilakukan maka kemampuan passing bawah dapat dikatakan lemah atau rendah.

Keberhasilan setiap serangan tergantung pada setiap teknik pemain untuk menguasai bola. Teknik untuk mengalahkan lawan dalam passing bawah akan tampak pada situasi satu lawan satu khususnya dalam menerima smash dari lawan. Pemain dapat menggunakan berbagai bagian tangan untuk mengarahkan atau menstabilkan bola sambil terus passing bola dengan tujuan mencapai sasaran utama yaitu menstabilkan bola untuk di smash sambil tetap menguasai bola, jika berhasil menguasai bola pemain berkemungkinan mendapatkan kesempatan untuk melakukan smash.

Hal ini disebabkan oleh penentuan posisi tubuh yang sedikit salah, posisi bola yang kurang pas, fokus terhadap kegiatan passing yang dilakukan yang kurang bagus, dan pada saat sikap pelaksanaan dorongan kearah bola yang belum tepat, serta kebanyakan sikap akhir yang sering tergesa-gesa dan sering kehilangan bola. Oleh sebab itu untuk mendapatkan teknik passing bawah pemain bolavoli klub Klub Sahabat Muda yang lebih dari baik agar prestasi lebih banyak didapat sangat diperlukan latihan yang continue.

Analisis gerak keterampilan passing bawah pemain bola voli Putra Mustika Blora ditinjau dari keseluruhan faktor penelitian menunjukkan bahwa gerak keterampilan passing bawah dalam kategori cukup. Karena dalam pelaksanaannya, teknik passing bawah pemain bola voli ditinjau dari faktor anatomi dan biomekanika sudah baik, serta dari faktor fisiologi sangat baik. Sehingga teknik passing bawah bila ditinjau dari faktor anatomi dan fisiologi memerlukan koordinasi antara kerja sendi, gerak yang terjadi, otot yang berperan serta bentuk kontraksinya, dan tinjauan kerja syaraf yang terjadi dalam proses keefektifan kinerja. Sedangkan untuk faktor biomekanika, passing bawah memerlukan sifat gerakan, sifat gaya-gaya (sudut gerakan), serta prinsip mekanika yang diterapkan, misal : kestabilan dan keseimbangan, gaya otot, kelanjutan aplikasi gaya, dan prinsip-prinsip gerakan.

Pemain hendaknya dibekali dengan keterampilan atau teknik passing bawah yang baik dan pengetahuan tentang anatomi, fisiologi, dan biomekanika dalam melakukan passing bawah. Pemain yang memiliki teknik passing bawah baik cenderung dapat melakukan passing bawah

dengan baik pula. Kenyataan tersebut sangat beralasan sebab menurut Sugiyanto (1992:261), unsur pendukung gerakan yang terampil meliputi unsur fisik, mental, dan emosional. Ketiganya harus berfungsi dalam suatu mekanisme yang terorganisasi dengan baik. Semua sistem tubuh difungsikan melalui sistem syaraf untuk menghasilkan kontrol tubuh pada saat melakukan gerakan. Kontrol tubuh tersebut meliputi kontrol keseimbangan, kontrol ketepatan waktu bergerak (timing), dan kontrol muskular.

Gambar 2. Kesalahan Posisi Tangan Saat Menerima Bola



Kemudian diperjelas dan diperkuat oleh hasil pengamatan peneliti, bahwa kesulitan yang dialami atlet klub sahabat muda volley ball LubukInggau terletak pada sikap persiapan dan sikap perkenaan. Penelitian ini telah dilakukan sesuai prosedur ilmiah, walaupun demikian masih memiliki keterbatasan yaitu kurang maksimalnya data yang diperoleh.

Akhirnya data yang diperoleh dari penelitian ini hanya menampilkan analisis dan kesimpulan yang sederhana. Kerena ada data yang tidak bisa diperoleh karena ketersediaan subjek yang tidak mendukung. Yang akhirnya akan mempengaruhi hasil dari penelitian maka dari itu penelitian ini perlu mendapatkan perhatian oleh pelatih dan latihan dilakukan terus menerus agar peneliti dapat memperluas pemahaman konseptual dan teoritis guna mengakuratkan data yang diperoleh dari lapangan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dimana data yang diperoleh adalah hasil dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Dari keterbatasan penelitian ini meliputi subyektivitas yang ada pada diri peneliti. Penelitian ini bergantung pada tanggapan peneliti terhadap makna yang terkandung pada hasil wawancara. Untuk mengurangi bias peneliti melakukan triangulasi data yang dilakukan dengan *cross check* dengan data yang didapat oleh informan. Sedangkan triangulasi dilakukan dengan metode observasi, wawancara dan dokumentasi.

Keterbatasan waktu pada penelitian ini sehingga hanya melibatkan 10 subjek sehingga hasilnya belum bisa diperluas dengan hasil yang lebih besar, hal ini dilakukan untuk mengefektifitas waktu dimasa pandemic, tenaga dan biaya yang dikeluarkan. Waktu yang digunakan dalam penelitian sangat berpengaruh terhadap hasil penelitian tersebut, bahkan waktu yang tersedia untuk menyelesaikan penelitian ini sangatlah singkat, begitupun kesibukan pelatih diluar jadwal latihan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kesalahan yang biasa terjadi ketika melakukan passing bawah adalah posisi kedua lengan terlalu tinggi. Ketika menerima bola, kedua lutut tidak di tekuk. Kedua lengan tidak rapat, perkenaan bola pada bagian lengan atas.
2. Penyebabnya adalah karena kesalahan memosisikan lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit, akibatnya bola berputar atau membelok arahnya. Perkenaan

bola pada kepalan telapak tangan yang kurang tepat. Pada saat kontak dengan bola lengan kurang sejajar. Tidak gerakan yang harmonis atau simultan antara gerakan lengan badan dan kaki. Terlalu eksplosif gerakan ayunan secara keseluruhan, sehingga bola jauh menyeleweng. Lutut kurang menekuk pada langkah persiapan pelaksanaan. Perkenaan atau kontak bola dengan lengan bawah terlambat sehingga arah bola ke atas belakang. Bola tinggi yang seharusnya di passing atas, tetapi diambil dengan passing bawah, sehingga tidak akurat pada sasaran yang dituju. Kurang dapat mengatur kontak dengan bola cepat, sesuai dengan datangnya bola.

Saran

1. Kepada pelatih, perlu mengambil langkah pembinaan keseluruhan terhadap atletnya, agar tetap berlatih secara terus-menerus untuk mencapai prestasi yang maksimal.
2. Pelatih harus menganalisa lebih dalam tentang apa yang mengakibatkan kesulitan-kesulitan yang dialami atlet
3. Kepada atlet harus disiplin dan berlatih sungguh-sungguh agar dapat mencapai hasil yang maksimal
4. Kepada peneliti selanjutnya untuk lebih memperluas dan mengarah ke focus penelitian. Penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan, tanpa melupakan nilai keaslian, dalam bidang olahraga. Khususnya penelitian mengenai kesulitan passing bawah bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ahmadi. (2017). Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli. Jakarta : Dirjen Olahraga.
2. Anpolu. (2018). Metode Latihan Bermain Berpengaruh Terhadap Kemampuan Passing Bawah Pemain Bolavoli. Jurnal FKIP. Vol. 02, No. 14.
3. Arikunto. (2017). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
4. Arya. (2013). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Surakarta: Yudistira
5. Hidayat. (2017). Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga. Semarang : Dahara Prize.
6. Lerner. (2018). Kinesiologi. Semarang : Universitas Negeri Semarang.
7. Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, R & D. Bandung: Alfabeta.
8. Sulaiman. (2017). Permainan Olahraga Besar. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
9. Iskandar. (2015). Analisis Gerakan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Berdasarkan Konsep Biomekanika. Jurnal FKIP. Vol. 01, No. 04.
10. Kristiyanto, Agus. (2018). Memperluas Desain Permainan Bolavoli di Masyarakat Kita. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
11. Suhadi. (2018). Volley Ball For All (Bola Voli Untuk Semua). Yogyakarta: UNY.
12. Supriadi. (2018). Survei Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 26 Makassar. Jurnal FKIP. Vol. 01, No. 31.
13. Syatria. (2019). Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif. Jurnal FKIP. Vol. 12, No. 03.
14. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005. (2007). Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Kementerian Olahraga.
15. Widayanti. (2020). Melatih Gerak Dengan Bola (Bola Voli dan Bola Kasti). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
16. Winarno. (2013). Teknik Dasar Bermain Bola Voli. Malang: FKIP UNM.
17. Yudiana. (2015). Kursus Pelatih Bola Voli Tingkat Dasar/Daerah. Bandung: PBSI Provinsi Jawa Barat.