

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Olahraga secara umum adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang tersebut setelah melakukan olahraga (Aditia, 2015:2252) dalam *scholar.google.com*. Olahraga dapat dimulai sejak usia dini hingga usia lanjut. Jika seorang melakukan olahraga secara rutin maka akan dapat meningkatkan massa ototnya,, karena latihan tersebut dapat merangsang sel otot untuk tumbuh menjadi lebih besar dan sel-sel otot yang semula istirahat akan menjadi lebih aktif. Olahraga juga merupakan suatu perilaku aktif yang meningkatkan metabolisme tubuh dan mempengaruhi fungsi kelenjar didalam tubuh untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh dalam upaya mempertahankan tubuh dari gangguan penyakit serta stres. Oleh karena itu, sangat dianjurkan kepada setiap orang untuk melakukan kegiatan olahraga secara rutin dan terstruktur dengan baik. Berdasarkan sifat dan tujuannya, secara umum olahraga dapat dibagi menjadi empat jenis sebagai berikut :

Suatu kenyataan menunjukkan bahwa ada empat dasar tujuan manusia melakukan melakukan kegiatan olahraga sekarang ini. Pertama adalah mereka yang melakukan olahraga hanya untuk rekreasi, yaitu mereka yang melakukan kegembiraan. Kedua adalah mereka yang melakukan olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Ketiga adalah mereka yang melakukan olahraga untuk tujuan pendidikan. Keempat adalah mereka yang melakukan olahraga untuk sasaran prestasi tertentu.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diketahui beberapa tujuan seseorang melakukan olahraga, salah satunya olahraga prestasi. Olahraga prestasi tidak bisa didapatkan begitu saja, melainkan harus melalui proses latihan. Latihan ini dilakukan secara teratur, sistematis dan terprogram. Begitu pula pada olahraga *cricket* perlu diperhatikan beberapa aspek untuk meningkatkan aspek keterampilan. Olahraga prestasi merupakan olahraga yang populer diberbagai daerah, hal ini berkaitan dengan skor dan waktu yang dijadikan patokan target pada saat lomba atau pertandingan. Untuk dapat berprestasi secara maksimal tentunya dibutuhkan kualitas dari berbagai aspek meliputi aspek fisik teknik, taktik, dan mental.

Olahraga *cricket* merupakan permainan yang dimainkan dua regu yang saling berlawanan dapat dimainkan oleh siapa saja, baik anak-anak, usia muda maupun tua. *Cricket* merupakan permainan yang hampir mirip dengan permainan *softball* dan *baseball*. *cricket* bukan merupakan permainan yang bersifat perseorangan akan tetapi merupakan permainan yang bersifat beregu. Tiap-tiap regu terdiri dari atas 11 orang, sehingga harus ada kerjasama antar pemain untuk menghasilkan kemenangan. *Cricket* merupakan olahraga yang berasal dari Inggris, olahraga *cricket* sudah sangat populer di negara jajahan Inggris, seperti India, Paskitan, Australia, Malaysia dan sebagainya. Bagi yang baru mengenal olahraga *cricket*, olahraga ini menggunakan pemukul, stump, bola dan lapangan.

Di Indonesia *cricket* sudah dikenal pada tahun 1992 sejumlah kegiatan olahraga *cricket* mulai dimainkan dan mulai aktif dengan adanya beberapa pertandingan persahabatan dan permainan tour, dimana merupakan cikal bakal terbentuknya *Jakarta Cricket Assiciation (JCA)* dan berdirinya sebuah kompetisi

liga kriket. Pada saat bersamaan juga olahraga kriket lahir di Bali, dimana pertandingan *Cricket* secara rutin diadakan di Bali *Beach* Hotel Sanur, yang menyebabkan terbentuknya Bali Internasional *Cricket Club* (BICC) (Kemenpora, 2009: 2-3). Pada tahun 1997, olahraga *cricket* mulai dimainkan oleh orang Indonesia yaitu anak-anak NTT (Nusa Tenggara Timur) tepatnya di Kupang. Pada tahun 2002 dibentuknya yayasan *Cricket* Indonesia yang membantu mengkoordinasikan pengembangan *cricket* di Indonesia.

Pada tahun 2017 *cricket* mulai dikenalkan di Provinsi Jambi Khususnya Kota Jambi dengan ditandai dengan keputusan PCI (Persatuan *Cricket* Indonesia) dengan dibentuknya sebuah pengurus *cricket* di Jambi yang diketui oleh Dr. Muhammad Ali, S.Pd., M.Pd. dan seiring itu telah dilaksanakannya sosialisasi tentang olahraga *Cricket* di jambi dengan pemberian sarana oleh PCI. Pada tahun 2019 PCI Jambi telah melakukan sosialisasi ke-9 kabupaten/kota dan juga telah masuk ke dalam cabang olahraga di KONI provinsi jambi, yang kemudian dikenalkan ke Mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan universitas jambi hingga sekarang dan terbentuklah UKM *cricket* universitas jambi.

Untuk UKM *cricket* di universitas jambi sebenarnya sudah mulai masuk sekitar tahun 2018 yang dilatih oleh pelatih asal Kab.Kerinci Bapak Jonika Trishandra yang dikenalkan oleh mahasiswa pendidikan Olahraga & Kesehatan Universitas Jambi Yang dimna peminatnya pada saat itu lumayan banyak . Seiring berjalannya waktu olahraga *cricket* mulai terhenti sejenak dan aktif kembali tahun 2020 sekitar bulan Maret dan terbentuklah UKM *cricket* mahasiswa pendidikan olahraga & kesehatan universitas jambi, Hingga saat ini terdapat

kurang lebih 20 mahasiswa yang menjalani latihan untuk Seleksi POMNAS tahun depan.

Dalam Cricket terdapat banyak keterampilan teknik dasar antara lain : *Batting* (Memukul bola), *Bowling* (Melempar bola), *Fielding* (Menjaga), *Catching* (Menangkap), *Wicket keeper* (Penjaga stump) dan masih banyak teknik dasar yang ada dalam permainan *cricket*, terkhususnya *Batting*/memukul bola. *Batting* adalah memukul bola datang dari arah depan yang dilemparkan oleh *Bowler* (orang yang melempar bola) sedangkan orang yang memukul bola disebut *Batsman* (pemukul), dengan menggunakan *Bat* (kayu pemukul), *Gloves* (sarung tangan), *Ped* (pelindung kaki), pelindung kelamin, *Helmet* (pelindung kepala). Pertama untuk memulai permainan, kedua pemukul berdiri di stamp masing-masing yang berada diatas *Picth*. Pemukul pertama siap memukul bola dan pemukul kedua siap untuk lari keujung stump lain yaitu kearah pemukul pertama dan seterusnya berlari kembali jika bola belum diambil oleh regu penjaga. Apabila salah satu pemukul mati maka akan digantikan oleh pemukul lainnya dan begitu seterusnya. Pemukul yang sudah mati tidak bisa *batting* lagi. Sipemukul berusaha memukul bola sebanyak mungkin untuk mengumpulkan poin sebanyak mungkin untuk memenangkan pertandingan.

Pada saat memukul bola tentunya harus konsentrasi, rileks dan fokus melihat bola yang ada ditangan *bowler* hingga bola datang lalu memukul bola tepat di permukaan *bat*. Seorang *batsman*/pemukul tidak mesti harus menggunakan tenaga dalam memukul bola ada juga teknik blok untuk menghalau bola agar tidak mengenai stump, tentu saja sebagai pemukul harus tenang dalam mengamati

keadaan sekitar agar bola yang dipukul tetap mendapatkan nilai walaupun tidak out.

Menurut Mardela & Irawan., (2017:154) dalam *scholar.google.com* Ada beberapa teknik dasar dalam *Batting*/memukul bola yaitu : *Straight drive* (pukulan lurus), *Pull shot* (pukulan kearah samping), *Cut shot* (pukulan memotong didepan) dan pukulan lurus biasanya diandalkan untuk meraih angka tertinggi. Ada banyak hal yang perlu diperhatikan dalam memukul bola, pemukul harus menguasai teknik dasar memukul antara lain : posisi berdiri harus benar, posisi kaki harus siap melangkah kedepan dimana jatuhnya bola, posisi *bat* harus terbuka, pandangan mata harus jeli melihat datangnya bola, gerakan ayunan bat harus benar, kondisi mata yang bagus, reflex yang cepat, serta mempunyai kekuatan, ketahanan, kecepatan dan kondisi fisik yang bagus. Oleh sebab itu memukul merupakan faktor penting dalam olahraga *Cricket* karena hasil pukulan akan menentukan semuanya.

Maka dari itu dibutuhkan keterampilan teknik dasar *batting* karena teknik memukul yang baik dan benar dapat menghasilkan pukulan yang dapat diarahkan kedaerah lawan yang kosong sehingga tidak dapat ditanggap oleh lawan. Bahkan pukulan langsung bisa keluar lapangan tanpa menyentuh tanah akan dapan 6 poin dan 4 poin bila menyentuh tanah, oleh sebab itu memukul merupakan faktor penting dalam permainan olahraga *cricket* , karena hasil pukulan akan menentukan apakah seorang *batsman* akan berhasil membuat poin atau tidak , hasil pukulan juga menentukan apakah batsman berlari ke *pitch* dapat memberikan poin atau tidak. Inilah salah satu tujuan memukul dalam permainan olahraga *cricket*.

Keterampilan teknik dasar *batting* sendiri merupakan komponen terpenting yang merupakan ciri dan karakteristik cabang olahraga *cricket* oleh sebab itu harus dipersiapkan dengan matang bagaimana cara melatih keterampilan *Batting* untuk meraih prestasi. Penguasaan teknik yang baik dapat menghemat penggunaan tenaga, ini berarti bahwa semakin baik penguasaan keterampilan *Batting* maka semakin hemat pemakaian yang di keluarkan, karena pemukul tidak hanya melakukan satu kali pukulan tetapi apabila bola tidak mengenai *stump* atau pada saat bola dipukul melambung dan tidak berhasil ditangkap langsung oleh tim penjaga maka pemukul tidak *out* dan selama itulah pemukul dapat melakukan pukulan hingga mendapatkan poin sebanyak mungkin

Untuk keterampilan teknik dasar *batting* dalam *cricket* Banyak dari mahasiswa tidak memahami secara sepenuhnya atau kurangnya pengetahuan tentang teknik dasar *Batting* sehingga untuk gerakan yang dilakukan terkesan asal-asalan. Respon tubuh saat bola datang juga sangat mempengaruhi pukulan dan jauhnya bola, Untuk sekarang mahasiswa UKM *cricket* universitas jambi masih kekeurangan porsi latihan dan pengalaman bertanding sehingga hanya beberapa dari mahasiswa terampil dalam melakukan teknik dasar *batting* . Keterampilan teknik dasar *Batting* Bisa dikuasai dengan benar dari cara kita memegang *Bat*, ayunan *bat*, pengenalan bola, posisi tubuh hingga reflek tubuh, dengan latihan secara rutin/pengulangan secara terus menerus, agar kita menguasai teknik dasar *batting* dan terbiasa dengan datangnya bola dalam situasi apapun sehingga kita dapat berfikir cepat dalam mengambil tindakan dan terampil dalam dalam memposisikan *bat* dan tubuh. Untuk keterampilan teknik dasar *batting* sendiri tidak hanya ditentukan dari metode latihan yang diterapkan ,

namun ditentukan pula oleh faktor internal yang berupa kelincahan serta kemampuan mahasiswa itu sendiri.

Berdasarkan dari latihan yang selama ini saya jalani , banyak diantara mereka yang keterampilan dalam *batting* –nya relative rendah dan hanya beberapa mahasiswa yang keterampilan terknik dasar *batting* –nya baik karena kemampuan individualnya baik.

Berdasarkan latar belakang yang telah urauikan diatas peneliti tertarik melakuakn penelitian dengan judul “Analisis Keterampilan teknik dasar *batting* Mahasiswa UKM Cricket Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Jambi”

## **1.2. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka identifikasi masalah sebagai berikut

1. Sedikitnya pemahaman mahasiswa tentang teknik dasar *batting* sehingga pada saat bola yang di lemparkan datang respon tubuh tidak bagus.
2. Kurangnya pengalaman bertanding sehingga tubuh belum terbiasa dengan situasi.
3. Keterampilan teknik dasar *batting* yang belum diketahui
4. Kurangnya porsi latihan dan pengulangan secara terus menerus sehingga Keterampilan *batting* respon tubuh terkesan asal-asalan dalam menerima bola.

## **1.3 Batasan masalah**

Karena ada beberapa identifikasi masalah peneliti membatasi penelitian ini pada masalah tentang analisis keterampilan teknik dasar *batting* mahasiswa UKM Cricket Universitas jambi dalam melakukan teknik dasar *batting* dengan benar.

#### **1.4 Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah seberapa tinggikah tingkat keterampilan teknik dasar *Batting* mahasiswa UKM *cricket* Universitas Jambi ?

#### **1.5 Tujuan penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan teknik dasar *batting* mahasiswa UKM *cricket* Universitas Jambi.

#### **1.6 Manfaat penelitian**

1. Bagi atlet, dapat meningkatkan pengetahuan tentang teknik dasar kriket dan dapat memahami serta menguasainya, dapat meningkatkan reflek tubuh dan melakukan *batting* dengan benar sehingga saat memukul bola dapat menghasilkan poin tinggi.
2. Bagi pelatih, dapat menyeleksi dan memberi dorongan serta motivasi kepada atlet yang tidak serius latihan sampai semangat kembali dan ingin menjadi lebih baik kedepannya hingga menguasai teknik dasar dengan benar.