

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pada saat sekarang ini pemerintah sedang giat-giatnya membangun di segala bidang. Pembangunan ini salah satunya dapat dilakukan melalui olahraga, karena melalui olahraga diharapkan generasi penerus mempunyai watak, kepribadian, keberanian, disiplin, kerja sama dan rasa tanggung jawab di dalam diri setiap individu. Melalui olahraga juga dapat dijadikan sarana untuk memperkokoh persatuan dan kesatuan bangsa, dan juga dapat menjunjung tinggi nama baik, harkat dan martabat bangsa baik di tingkat yang terendah sampai yang tertinggi. Pernyataan tersebut sesuai dengan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 4 tentang dasar dan fungsi dan tujuan olahraga yaitu:

"Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, disiplin, sportivitas, mempererat persaudaraan dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa".

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa salah satu tujuan keolahragaan nasional adalah meningkatkan prestasi, khususnya prestasi dalam bidang olahraga. Prestasi dalam bidang olahraga ini dapat dicapai tentunya melalui pengembangan dan pembinaan. Pengembangan dan pembinaan olahraga merupakan terobosan untuk meningkatkan olahraga

prestasi. Prestasi olahraga dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi tersebut. Menurut Syafruddin (2011) "Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang atau bertahap dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan".

Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa olahraga prestasi merupakan olahraga yang dipertandingkan, dalam pembinaannya harus dilakukan secara berkesinambungan melalui latihan-latihan yang terencana, terprogram dan didukung oleh olahraga yang berkontribusi pada keolahragaan yang artinya pengembangan olahraga prestasi bagi olahragawan harus mengacu pada tujuan yang hendak dicapai, yaitu yang mampu bersaing diarena pertandingan atau kompetisi baik ditingkat daerah maupun di tingkat nasional. Persatuan Sepak Takraw Indonesia (PSTI) Kerinci salah satu Klub yang ada di Kabupaten Kerinci yang melakukan pembinaan olahraga sepak takraw diharapkan bisa melahirkan pemain muda yang berkualitas sehingga nantinya mampu membawa nama baik daerah.

Sepak takraw adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu yang berlawanan. Setiap pemain terdiri dari apit kiri, apit kanan dan tekong, yang dipisahkan dengan net. Setiap regu yang berhadapan terdiri atas tiga orang pemain yaitu bertugas sebagai tekong yang berdiri paling belakang, dua orang

lainnya menjadi pemain depan yang berada sebelah kiri dan kanan disebut apit kiri dan apit kanan.

Permainan sepak takraw memerlukan dasar kerjasama antara sesama anggota team, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepaktakraw. Untuk bisa bermain sepak takraw dengan baik pemain harus menguasai teknik-teknik dasar sepak takraw serta di tunjang kondisi fisik yang baik. Menurut Zalfendi (2002) "Teknik dasar sepak takraw terdiri dari: sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, menapak, sepak badek, heading, mendada, menahan, membahu".

Sepak sila merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepak takraw. Sepak sila, merupakan suatu gerakan sepakan dengan perkenaan bola pada kaki bagian dalam. Dalam permainan sepak takraw menyepak (sepakan) adalah sangat penting. Menurut Ratinus (1992) "sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam yang digunakan untuk menerima bola, menimang (menguasai bola), mengumpan dan antaran bola, menyelamatkan serangan lawan". Apabila seorang atlet dapat menguasai kemampuan sepak sila yang baik dan benar, maka kemampuan dalam melakukan servis yang tepat dan benar akan terasa mudah dalam menyepak bola dengan efektif dan efisien, untuk itu perlu seorang pemain sepak takraw penguasaan teknik sepak sila yang benar.

Permainan sepak takraw diperlukan persiapan kondisi fisik sangat penting untuk meningkatkan dan memantapkan kualitas teknik. Kondisi fisik adalah kemampuan fisik atau kesanggupan tubuh seseorang dalam bekerja

atau berolahraga. Kondisi fisik merupakan unsur atau kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh setiap atlet untuk meraih suatu prestasi olahraga. Kebutuhan kondisi fisik olahraga sepak takraw sangat komplis. Menurut Depdiknas (2002) "Cabang olahraga sepak takraw memerlukan berbagai komponen fisik terutama sekali, kekuatan, kecepatan, kelentukan, daya ledak, antisipasi, akselersi, koordinasi mata-kaki dan keseimbangan". Kondisi fisik yang baik akan membantu penguasaan teknik dalam bermain sepak takraw.

Beberapa kondisi fisik tersebut yang berkemungkinan mempengaruhi teknik sepak sila adalah keseimbangan, kelentukan, koordinasi, kecepatan, dan kekuatan otot tungkai. Keseimbangan dalam permainan sepak takraw adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mempertahankan posisi tubuh saat melakukan gerakan - gerakan sepak sila. Dalam olahraga sepak takraw dengan kelentukan yang baik pemain dapat melakukan sepak sila dengan baik, karena dalam hal ini dalam waktu melakukan sepak sila dibutuhkan kelentukan persendian tungkai dan kelentukan pinggang yang dapat berganti-ganti arah ataupun posisi, hal ini disebabkan karena dalam sepak sila gerakan kaki sepak dilipat setinggi lutut kaki tumpu, kaki tumpu ditebuk sedikit, badan sedikit dibungkukkan, mata melihat bola.

Koordinasi mata-kaki dalam permainan sepak takraw memiliki peranan yang sangat penting. Kemampuan tersebut diperlukan untuk mengontrol atau menimang bola, setelah adanya stimulus tertentu, dalam bentuk bola yang datang dari serangan lawan, dengan koordinasi mata kaki

yang bagus, maka gerakan- gerakan tertentu dapat dilakukan dengan tujuan untuk menguasai bola dan memainkan bola.

Kecepatan dalam sepak takraw dibutuhkan sewaktu menyelamatkan serangan lawan dengan teknik sepak sila. kekuatan tungkai merupakan kebutuhan pada setiap cabang olahraga, demikian juga pada cabang olahraga sepak takraw khususnya pada saat melakukan sepak mula. Olehnya itu bagi mereka yang memiliki kekuatan tungkai yang baik, maka kemampuan untuk melakukan sepak mula akan lebih mudah diarahkan pada tempat yang diinginkan.

Data dan informasi yang peneliti peroleh dari pelatih sepak takraw PSTI Kerinci Bapak Oke Oktara Klub mereka sering mengikuti even-even sepak takraw, tapi sering tidak mendapatkan juara, diantaranya pada tahun 2015 mengikuti pertandingan tingkat Kabupaten, hanya masuk babak 6 besar, pada tahun 2015 mengikuti Poprov hanya masuk peringkat 8, sedangkan tahun 2016 mengikuti Kejurda, hanya masuk peringkat 6, selanjutnya pada Tahun 2016 mengikuti Popda, hanya masuk babak penyisihan. Dari hasil pertandingan yang diikuti oleh pemain sepak takraw PSTI Kerinci, terlihat Klub ini masih jauh dari prestasi.

Namun, pada kenyataan nya banyak dari atlet PSTI Kerinci masih melakukan latihan yang tidak berfokus terhadap sepak sila, seperti hanya melakukan stretching dan melambung-lambungkan bola saja. Menurut salah satu atlet dan salah satu pengurus PSTI Kerinci mengatakan bahwa “sebagian atlet PSTI Kerinci ini merasa bosan terhadap latihan yang dilakukan karena

tidak ada dinamika dalam latihan sepak sila, sehingga mereka hanya melakukan pemanasan dan stretching asal-asalan tanpa berfokus terhadap pengembangan sepak silanya lalu langsung melakukan permainan sepak takraw” .

Berdasarkan uraian di atas, maka pada kesempatan ini peneliti ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai Pengaruh Latihan *Juggling* Terhadap Kemampuan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw PSTI Kerinci.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kurangnya antusias pemain sepak takraw PSTI Kerinci dalam melakukan latihan sepak sila.
2. Belum adanya modifikasi latihan yang digunakan dalam permainan sepak takraw agar suatu latihan dapat terlaksana dengan semestinya.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi di atas, maka peneliti membatasi variabel yang diteliti pada penelitian ini yaitu, apakah ada pengaruh latihan *juggling* terhadap kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw PSTI Kerinci.

#### **1.4 Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah diatas, perumusan masalah didalam penelitian ini adalah “apakah ada Pengaruh Latihan *Juggling* Terhadap Kemampuan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw PSTI Kerinci ? “

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *juggling* terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw PSTI Kerinci.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Peneliti sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or) di Jurusan Kepeleatihan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
2. Pengurus, sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pembinaan olahraga sepak takraw di Kerinci.
3. Pelatih, sebagai bahan pertimbangan dalam membuat program latihan untuk meningkatkan kemampuan sepak sila.
4. Pemain, sebagai acuan untuk meningkatkan kemampuan teknik dan kondisi fisiknya, khususnya sepak sila.
5. Kampus, sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
6. Penelitian ini selanjutnya untuk di jadikan referensi dan informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.