

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Bangsa Indonesia merupakan Negara yang berkembang dalam melaksanakan pembangunan disegala bidang baik dalam bidang ekonomi, sosial, politik, maupun pendidikan yang dilaksanakan oleh pemerintah bersama rakyat dalam rangka mengisi kemerdekaan dan memajukan kesejahteraan umum perlu mewujudkan kehidupan bangsa yang bermanfaat bagi pembangunan yang berkeadilan dan demokratis secara bertahap dan berkesinambungan.

Pembangunan dalam bidang pendidikan merupakan usaha untuk meningkatkan kecerdasan bangsa. Kecerdasan merupakan hal yang sangat penting untuk meningkatkan taraf hidup masyarakat. Generasi muda merupakan bagian dari masyarakat yang mempunyai kedudukan dan sinergi yang penting dalam menunjang pembangunan yang sedang dilaksanakan.

Pembangunan dibidang olahraga termasuk salah satu aspek pembangunan nasional yang bertujuan untuk membentuk dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat Indonesia secara jasmani, rohani, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, makmur, sejahtera, dan demokratis. Keolahragaan nasional diselenggarakan berdasarkan pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Pembangunan dalam bidang olahraga ini juga memberi peluang bagi bangsa Indonesia untuk dikenal dikeolahragaan nasional.

Pembangunan dibidang keolahragaan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dalam pendidikan jasmani, rohani, dan sosial serta

membentuk kepribadian bangsa yang bermartabat. untuk meningkatkan kualitas masyarakat Indonesia sehingga memiliki kesehatan dan kebugaran yang cukup mempunyai fungsi yang sangat penting dan menumbuhkan masyarakat Indonesia yang seutuhnya hal ini dapat terlaksana melalui kegiatan olahraga maka akan mendapatkan kesehatan jasmani maupun rohani yang baik, yang sesuai Undang-Undang No.11 Tahun 2022 yang menyatakan bahwa : “Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan social. Selanjutna tujuan beraktivitas olahraga adalah memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi kualitas manusia menanamkan nilai nilai moral dan akhlak mulia, sprtivitas, disiplin dan membina kesatuan dan persatuan bangsa .”

Undang No.11 Tahun 2022 tentang olahraga prestasi yang menyatakan bahwa olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilm pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Olahraga sepak takraw telah banyak dikenal dan berkembang di seluruh Masyarakat Indonesia yang telah terbukti dengan adanya klub-klub sepak takraw dari masing-masing propinsi di Indonesia yang ikut serta dalam kejuaraan tingkat nasional. Dalam meningkatkan prestasi optimal pada berbagai kejuaraan atau pertandingan di tingkat regional, nasional, dan internasional perlu dilakukan peningkatan kualitas dan kuantitas pelatih, atlet, dan penataan organisasi yang baik. Khususnya pembinaan klub-klub atau pelajar yang merupakan aset paling esensial dan potensial untuk digarap, apalagi sepak takraw merupakan cabang olahraga yang sedikit unik bila dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya.

Permainan sepak takraw bukan lagi olahraga tradisional rekreatif yang hanya dimainkan sebagian Masyarakat Indonesia, tetapi sepak takraw telah menjadi olahraga modern kompetitif yang dimainkan dan diakui keberadaannya oleh masyarakat dunia. Permainan ini menjadi kegemaran bangsa-bangsa di Asia Tenggara sebagai kegiatan pengisi waktu luang. Sejak abad ke-15 oleh Bangsa Indonesia olahraga ini disebut *sepak raga*, Di Thailand lebih dikenal dengan *takraw*, di Philipina dinamakan *sipa*, Di Birma disebut *Ching long*, Sri Lanka disebut *raga*, dan Negara Laos disebut *kator*. Dari mana asalnya permainan sepak takraw itu belum dapat diketahui secara pasti yang jelas pengenalan pertama permainan sepak takraw di Indonesia adalah ketika tim sepak takraw Malaysia dan Singapura berkunjung ke Jakarta pada tahun 1970 (Ratinus dalam Revy 2018: 3)

Perkembangan sepak takraw sudah ada kemajuan, dilihat dari adanya kejuaraan-kejuaraan dunia dimana jumlah negara yang ikut serta semakin meningkat. Australia dan Amerika Serikat merupakan negara dari beberapa negara di luar Asia yang selalu hadir dalam kejuaraan dunia. Dengan keindahan gerak dalam setiap gerak sepak takraw, tidak menutup kemungkinan dalam waktu yang tidak terlalu lama sepak takraw merupakan salah satu cabang yang dipertandingkan di Olympic Games.

Menurut Yusup (Revy 2018: 4), teknik dasar dalam permainan sepak takraw antara lain sepakan, *heading*, mendada, servis, *smash*, *bloking*. Dalam permainan sepak takraw pada hakikatnya mempunyai beberapa teknik dasar antara lain yaitu smash. Smash merupakan serangan terakhir yang banyak menghasilkan angka, salah satunya *smesh* kedeng. Dapat dikemukakan bahwa

melakukan *smash* kedeng yang baik membutuhkan teknik melompat, menendang, serta ketepatan mengarahkan bola pada sasaran. Penguasaan *smesh* tersebut dapat meningkatkan unsur fisik dan unsur teknik.

Smash adalah salah satu bagian dari teknik sepakan dalam permainan sepak takraw. Dinamakan smash karena posisi kaki saat perkenaan dengan bola seperti serangan. Dalam suatu pertandingan diperlukan operan yang baik yaitu operan yang tidak menyusahkan teman sendiri, untuk menyusun pola penyerangan. Dengan operan yang baik maka akan dapat diatur pola penyerangan secara mantap, sehingga dapat memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan. Untuk itu maka pemain harus menguasai teknik sepak sila dengan baik.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di SMP Negeri 1 Rantau Pandan Kabupaten Bungo, bahwa sekolah tersebut memiliki atlet putri sepak takraw, pengamatan di lapangan masih banyak siswa yang belum memiliki kemampuan *smash* kedeng, *smash* yan dilakukan belum tepat sasaran yang akan di tuju, serta saat melakukan smash terkadang tidak menyebrangi net, sehingga poin sering di miliki lawan.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti ingin memberikan suatu latihan dengan tujuan memperoleh hasil *smash* atlet putri dengan latihan naik turun tangga dan split, naik turun tangga merupakan latihan otot bagian tungkai, yang brguna meningkatkan power saat melakukan *smash*, sedangkan split yang akan diberikan memberikan unsur kelentukan kaki saat melakukan *smsh* dengan jangkauan kaki yang lebih lentur sat melukan smash membelakangi net, sehingga

kedua latihan tersebut diharapkan memeberikan kemampuan *smash* kedeng lebih baik.

Menurut I Gede Gunawan (2014) Latihan naik tangga dapat juga disebut *harvard step*, latihan naik turun tangga ini dilakukan bertujuan untuk peningkatan unsur kecepatan dan kekuatan pada kondisi fisik. Sebab unsur kecepatan dan kekuatan merupakan bagian mendasar pada daya tahan. Sedangkan split adalah suatu sikap, yaitu sikap duduk dimatras atau dilantai dengan satu kaki lurus kedepan dan satu kaki yang lain kebelakang atau kedua kaki lurus kesamping kanan dan kiri. Dalam latihan split berguna untuk kelentukan atau fleksibilitas pada otot bagian belakang paha, persendian panggul/pangkal paha dan pinggang.

Berdasarkan pendapat di atas peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul” Pengaruh latihan lompat naik turun tangga dan split terhadap kemampuan *smash* kedeng atlet sepak takraw putri SMP N 1 Rantau Pandan”

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah penelitian ini yaitu:

1. Pengamatan di lapangan masih banyak atlet sepak takraw siswa SMP N 1 Rantau Pandan yang belum memiliki kemampuan *smash* kedeng,
2. *Smash* yang dilakukan atlet sepak takraw siswa SMP N 1 Rantau Pandan belum tepat sasaran yang akan dituju.
3. Atlet sepak takraw siswa SMP N 1 Rantau Pandan saat melakukan *smash* terkadang tidak menyebrangi net, sehingga poin sering di miliki lawan,

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Untuk variabel bebas pada penelitian ini yaitu latihan naik turun tangga dan split.
2. Variabel terikat pada penelitian ini yaitu kemampuan *smash* kedeng atlet sepak takraw putri SMP N 1 Rantau Pandan Usia 13-15 Tahun

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu: apakah terdapat Pengaruh lompat latihan naik turun tangga dan split terhadap kemampuan *smash* kedeng atlet sepak takraw putri SMP N 1 Rantau Pandan?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui pengaruh latihan lompat naik turun tangga dan split terhadap kemampuan *smash* kedeng atlet sepak takraw putri SMP N 1 Rantau Pandan.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti diharapkan dapat diterima sebagai bahan kajian dalam penelitian khususnya di lembaga pendidikan olahraga.
2. Bagi pelatih di harapkan untuk mengetahui bahwa pentingnya menerapkan melakukan *smash* kedeng menggunakan latihan naik turun tangga dan *split*
3. Bagi Pemain/Atlet diharapkan pemain dapat mengetahui pentingnya melakukan *smash* kedeng menggunakan latihan naik turun tangga dan *split*