

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepaktakraw merupakan satu permainan rakyat yang digemari sejak dahulu sampai dengan sekarang. Darwis dan penghulu bahasa sepaktakraw adalah nama perpaduan antara bahasa malaysia dan thailand, kata sepak berasal dari bahasa malaysia yang berarti menendang, sedangkan takraw berasal dari bahasa thailand yang artinya bola. Nama olahraga tradisional tersebut sudah termasuk merupakan istilah olahraga di indonesia, Sepaktakraw merupakan olahraga tradisional karena olahraga tersebut telah dimiliki oleh masyarakat indonesia sejak dahulu kala hal ini terbukti dalam sejarah keberadaannya dikenal di beberapa daerah dengan beberapa istilah seperti : di sulawesi selatan dikenal dengan Marraga Akraga, di riau dikenal dengan rago tinggi, di sumatra barat dan Bengkulu dikenal dengan nama sepak rago, dan secara keseluruhan di indonesia dikenal dengan sepak raga. Dengan demikian, jika dilihat dari sejarahnya, yang telah dimiliki oleh masyarakat sejak dulu seharusnya olahraga ini merupakan cabang olahraga yang termasuk dalam kategori olahraga unggulan yang dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa di setiap event pertandingan.

Sepaktakraw dimainkan oleh 3 (tiga) orang yang mempunyai istilah nama sendiri, yaitu : (1) Apit Kanan, (2) Apit Kiri, (3) Tekong. Dalam permainan sepaktakraw di kawasan asia tenggara juga dikenal dengan berbagai nama : di malaysia dikenal dengan "Sepak Raga Jaring"; di Brunei dikenal dengan "sepak raja"; di China dikenal dengan "Theng Chew"; di Burma dikenal dengan "Chung Long"; laos dikenal dengan "Kator"; Piliphina dikenal dengan "Sipa"; Thailand dikenal dengan "Takraw"; dan di singapur dikenal dengan "Bola Sepak Raga". Untuk mengorganisir dan mengakomodir berbagai istilah yang dikenal di berbagai negara maka pada tanggal 27 maret 1965 istilah sepaktakraw dibakukan secara resmi di Malaysia. Secara harfiah kata Takraw berasal dari bahasa Thai, yang artinya bola yang terbuat dari rotan. Kemudian ditambah dengan kata sepak dari bahasa melayu artinya menendang, memainkan, bola dengan bagian kaki mulai

dari ujung kaki sampai ke pangkal paha. Permainan ini di dominasi oleh pukulan kaki, dimainkan di atas lapangan seluas lapangan bulu tangkis, olahraga dipertandingan antara dua regu yang saling berhadapan dengan jumlah pemain masing-masing 3 orang.

Sepaktakraw mulai berkembang di Indonesia setelah adanya kunjungan dari dua negara tetangga yakni Malaysia pada September 1970, dan Singapura pada April 1971. Kedua negara tersebut melakukan pertunjukan di beberapa daerah yakni Jakarta, Bandung, dan Medan. Dari hasil kunjungan tersebut maka diadakanlah suatu pertemuan pada tanggal 29 September sampai 5 Oktober 1970 di Cipayung, Bogor. Pada pertemuan itu direktur jenderal pendidikan olahraga dan pemuda menginstruksikan agar permainan sepaktakraw segera dikembangkan dan dibina di Indonesia. Seiring dengan perjalanannya, pada tahun 1971 didirikanlah induk organisasi sepaktakraw pada tahun 1971 dengan nama Perserasi (Persatuan Sepak Raga Seluruh Indonesia). Agenda pertama yang dilakukan yakni dengan mengadakan kejuaraan sepakraga pada tahun 1980 yang diikuti oleh 14 kontingen. Berawal dari pelaksanaan kejuaraan tersebut maka pelaksanaan pada PON tahun 1981 menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan. Selanjutnya PB Perserasi pada tanggal 6 sampai 8 menyelenggarakan kongres yang terdiri dari 24 utusan daerah. Salah satu keputusan penting dari kongres itu adalah istilah sepakraga diganti dengan sepaktakraw, sehingga Perserasi berubah menjadi Persetasi (Persatuan Sepaktakraw Seluruh Indonesia). Kemudian Persetasi sekaligus menjadi anggota olahraga internasional sepaktakraw federation (ISTAF) dan Asian Sepaktakraw Federation (ASTAF). Seiring dengan perkembangannya, pada tahun 2005 PB Persetasi berubah lagi menjadi PP PSTI pada kongres nasional yang dilaksanakan di Kuningan Jakarta. Sepaktakraw merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 regu yang saling berhadapan dan dipisahkan oleh sebuah net dengan ketinggian 1.55 meter. Bola yang dimainkan terbuat dari rotan atau fiber syntetic dengan lingkaran antara 42 – 44 cm. Permainan yang dimulai dengan servis, yang dilakukan tekong kelapangan lawan. Pemain regu lawan memainkan bola menggunakan seluruh anggota badan selain tangan, setiap regu hanya boleh memainkan bola dengan 3

kali sentuhan. Jumlah pemain masing-masing regu terdiri dari 3 orang pemain (tekong, apit kiri dan apit kanan) dengan seorang pemain cadangan sehingga untuk dapat bermain sepaktakraw yang baik pemain harus memiliki keterampilan yang baik. Keterampilan yang baik adalah kemampuan dasar bermain sepaktakraw. Kemampuan dasar bermain Sepaktakraw adalah menyepak dengan bahagian bahagian kaki, memainkan bola dengan kepala (main kepala), memainkan bola dengan dada, memainkan bola dengan paha, memainkan bola dengan bahu (membahu).

Pembinaan prestasi dalam olahraga, terus menerus dilakukan baik oleh pemerintah maupun oleh organisasi olahraga lainnya. Satu cara atau usaha untuk mengharumkan nama bangsa dan negara adalah lewat olahraga. Indonesia dikenal dunia salah satunya berkat prestasi bulutangkis. Oleh karena itu pembinaan setiap cabang olahraga harus diarahkan pada peningkata perstasi yang kemudian akan dapat menambah citra bangsa dimata dunia. Begitu pula dengan negara Thailand dan Malaysia yang dapat mengharumkan nama bangsanya melalui olahraga Sepak Takraw yang merupakan salah satu cabang olahraga unggulan yang dimilikinya.

Perkembangan sepak takraw sebagai olahraga yang dipertandingkan telah menyebar secara nasional, regional dan internasional, oleh karena itu sepak takraw dipertandingkan dan menjadi kegiatan resmi pada PON, Sea Games dan Asian Games, sedangkan pada tingkatan Olympiade masih dalam perjuangan. Dalam perjalannya, prestasi cabang olahraga sepak takraw Indonesia dapat di lihat dari beberapa event kejuaran yang telah diikutinya, seperti pada Sea Games di Kuala Lumpur Malaysia tahun 2001, Indonesia hanya mampu menduduki peringkat ketiga dengan meraih medali perunggu pada nomor beregu putra dan puteri, pada nomor tim putra Indonesia masih dibawah Thailand dan Malaysia. Sedangkan pada Sea Games tahun 2017 di Malaysia, Kuala Lumpur, tim sepaktakraw putra indonesia bisa meraih medali perak. Khusus pada pekan olah raga nasional (PON) di jawa barat tim nomor beregu putra dari Provinsi Gorontalo bisa meraih medali emas.

Oleh karena itu pengurus besar persatuan sepaktakraw indonesia (PB. PSTI) terus melakukan pembenahan segala aspek termasuk menyiapkan landasan

yang kokoh bagi pembinaan atlet-atlet muda yang ada di daerah. Hal ini dimaksudkan untuk mempersiapkan para atlet generasi muda sebagai ujung tombak Indonesia untuk meningkatkan prestasi bangsa ke arah yang lebih baik khususnya dalam prestasi bangsa ke arah yang lebih baik khususnya dalam prestasi cabang olahraga sepak takraw. Kali ini PB. PSTI melalui pelatihan melakukan langkah strategis dalam menggerakkan para pelatih pembina baik yang ada di lembaga pendidikan maupun klub-klub sepak takraw diseluruh pelosok tanah air dengan membuat buku panduan melatih cabang olahraga sepak takraw. Dengan harapan bahwa, buku ini dapat dijadikan acuan bagi para guru, pelatih dan pembina dalam menggerakkan para anak didik atau atlet agar dapat tumbuh lebih baik dan menghasilkan prestasi yang membanggakan di kemudian hari.

Dalam pembinaannya membutuhkan waktu dan tenaga serta biaya yang tidak sedikit untuk peningkatan khususnya dalam kemampuan dan keterampilan pemain sepak takraw seperti melakukan services, memberikan umpan dan melakukan smash. Smash dalam permainan sepak takraw sangat berpengaruh dalam pertandingan, karena smash adalah kunci untuk mendapat poin. Seorang spike harus memiliki kemampuan yang baik kemampuan yang dimaksud salah satunya ketepatan. Seorang spike sangat membutuhkan ketepatan pada saat melakukan berbagai keterampilan dalam melakukan smash. Salah satu keterampilan seorang spike yang harus dikuasai adalah melakukan smash smash salto. Dengan kemampuan smash yang baik seorang spike akan lebih mudah mendapatkan poin. Sehingga seorang spike harus meningkatkan power dalam melakukan smash. Untuk meningkatkan ketepatan yang dimaksud harus menerapkan berbagai bentuk latihan yang lebih memfokuskan pada peningkatan ketepatan. Salah satu bentuk latihan yang dimaksud yaitu dengan menerapkan bentuk latihan *plyometric double front jump*.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti tertarik mengangkat satu judul penelitian dengan judul : “Pengaruh Latihan *plyometric double front jump* terhadap ketepatan smash sepak takraw pada Atlet PPLP di PPLP Kota Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah-masalah yang timbul dalam penelitian sebagai berikut;

Kurangnya Program khusus latihan ketepatan smash.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka dapat dirumuskan: Apakah latihan *plyometric double front jump* memiliki pengaruh terhadap ketepatan smash sepak takraw pada Atlit PPLP di PPLP Kota Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *plyometric double front jump* terhadap ketepatan smash sepak takraw pada Atlit PPLP Di PPLP Kota Gorontalo.”.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi guru olahraga, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam upaya meningkatkan kemampuan smash dalam olahraga Sepak Takraw
2. Bagi lembaga, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan acuan lembaga dalam meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya dalam pembelajaran penjas.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Atlit PPLP, penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan dalam melakukan smash pada olahraga Sepak Takraw
2. Bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat berguna untuk mengembangkan kemampuan khususnya dalam olahraga sepak takraw.