

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pembinaan prestasi olahraga perlu dilakukan melalui perencanaan dan pelaksanaan yang baik serta dilaksanakan secara terpadu dan merata di seluruh tanah air. Hal ini dilakukan bukan hanya oleh pemerintah, akan tetapi juga perlu didukung oleh berbagai pihak.

Seperti kita ketahui Sepak takraw merupakan cabang olahraga permainan asli dari Indonesia. Pada awalnya permainan ini dikenal dengan istilah sepakraga. Permainan ini dilakukan oleh dua pihak yang berhadapan atau berlawanan, setiap regu masing-masing terdiri dari tiga orang pemain yang dipisahkan oleh jaring (net) pada setiap regu tersebut terdiri dari seorang tekong, apit kanan, dan apit kiri. Sebagai cabang olahraga permainan beregu, sepak takraw ini dimainkan di atas lapangan empat persegi panjang dengan permukaan yang rata baik di dalam ruangan, maupun di luar ruangan asalkan terbebas dari rintangan. Permainan sepak takraw ini dimulai dengan melakukan sepakmula yang dilakukan oleh tekong ke daerah lapangan lawan. Sebaliknya pemain lawan berusaha memainkan bola dengan menggunakan kaki dan menggunakan anggota badan lain kecuali tangan, dengan tiga kali sentuhan secara bergantian maupun dilakukan oleh satu orang. Pada pemain yang mahir dalam permainan sepak takraw, dalam memainkan bola dengan tiga kali sentuhan dan setiap sentuhannya terdapat istilah, (1) sentuhan pertama dikenal dengan mengawal bola, (2) sentuhan ke dua di kenal dengan mengumpan, dan (3) sentuhan ke tiga dikenal dengan smash. Aspek dasar permainan sepak takraw sendiri tidak terlepas dari pembinaan dan peningkatan prestasi.

Sepak takraw selain sarana dan prasarana yang memadai juga membutuhkan bimbingan dan pengawasan dari pelatih. Selain itu pembina harus mampu menguasai dan memahami perkembangan anak didik baik secara fisik maupun psikis, dan yang tidak kalah pentingnya pembina atau pelatih harus menguasai teknik permainan sepak takraw. Seorang atlet akan mampu mengembangkan

kemampuannya secara optimal apabila memenuhi faktor-faktor sebagai berikut; karakter fisik merupakan komponen penting yang harus diberikan sebagai penunjang penampilan, tingkat kebugaran jasmani secara spesifik untuk aktivitas olahraga tertentu harus di capai, penguasaan teknik secara benar yang di perlukan dalam olahraga tertentu harus dikembangkan, faktor-faktor psikologis yang memungkinkan atlet berhasil dalam suatu kompetisi perlu dikembangkan dan di pertahankan. Sepak takraw sebagai permainan beregu, maka kemenangan satu regu ditentukan oleh banyak faktor, dua faktor diantaranya adalah: 1) penguasaan teknik bermain sepak takraw secara individu, dan 2) kerjasama tim yang baik. Makin sempurna penguasaan teknik setiap pemain dan kerjasama dalam regu maka kualitas permainan akan makin baik.

Pembinaan dan pengembangan olahraga sepak takraw sudah menjadi tanggung jawab bersama dimulai dari pusat, hingga ke daerah-daerah melalui induk organisasi yang ada guna pencapaian prestasi yang maksimal. Adapun untuk menunjang tercapainya prestasi dalam pembinaan olahraga sepak takraw adalah dengan adanya sarana dan prasarana yang memadai, kualitas atlet, pelatih dan manajemen olahraga yang baik.

Di Provinsi Gorontalo Pembinaan dan pengembangan olahraga sudah memenuhi kebutuhan dan kontribusi terhadap peningkatan prestasi atlet, terutama pembinaan sepak takraw. Pembinaan sepak takraw melalui Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP) sampai dengan saat ini menunjukkan peningkatan dalam pembinaan atlet. Seperti kita ketahui Olahraga sepak takraw merupakan olahraga unggulan yang ada di Provinsi Gorontalo. Hal ini dibuktikan dengan berbagai macam prestasi yang sudah ditorehkan sejak 2012 sampai dengan saat ini, dan bahkan atlet-atlet provinsi Gorontalo menjadi bagian dari Timnas di ajang event internasional berupa Sea Games maupun Asian Games. Sehingga wadah PPLP perlu di perhatikan dan diprioritaskan dalam memajukan Olahraga di Gorontalo, khususnya Olahraga Sepak takraw.

Berdasarkan dari hasil pengamatan di Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Gorontalo cabang olahraga Sepaktakraw, pada saat latihan berlangsung, tepatnya pada posisi seorang tekong melakukan servis punggung kaki

dalam tergolong masih kurang dalam hal ketepatan. Hal ini dikarenakan posisi kaki tekong terhadap perkenaan bola belum mencapai kemampuan yang diharapkan. Oleh karena itu perlu adanya pengembangan bentuk latihan dan pendekatan yang disesuaikan dengan kondisi Atlet, sehingga menghasilkan latihan yang kreatif, inovatif dan menyenangkan bagi Atlet.

Dalam permainan Sepak takraw, menguasai teknik dasar terutama melakukan servis atas dan khususnya servis punggung kaki bagian dalam adalah hal yang wajib dimiliki setiap pemain Sepak takraw karena akan menentukan kualitas pemain ditingkat selanjutnya. Teknik servis punggung kaki dalam perlu dikuasai karena inti dari permainan Sepak takraw adalah dengan adanya pukulan servis punggung kaki dalam yang dapat mematikan lawan. Servis punggung kaki dalam menjadi dasar atau modal utama dalam permainan Sepak takraw. Servis punggung kaki dalam memberikan pengaruh untuk mendapatkan angka dan memenangkan pertandingan, untuk itu setiap pemain harus memiliki ketepatan yang baik dalam melakukan servis punggung kaki dalam.

Masalah yang sering muncul ketika peneliti melakukan observasi yakni dari segi atau tahap persiapan, tahap perkenaan, dan tahap lanjutan. Kesalahan dalam melakukan servis punggung kaki dalam seperti pada akurasi bola. Posisi tekong melakukan servis masih kurang tepat, arah pandangan atlet masih tidak fokus pada sasaran servis, dan perkenaan bola pada punggung kaki dalam sehingga hasil tidak maksimal.

Latihan servis yang kurang bervariasi memberikan efek jenuh, kurang tertarik, dan kurang semangat atlet. Bentuk latihan yang menarik dan memiliki tantangan, serta suasana latihan yang menyenangkan diharapkan mampu membuat atlet bersemangat dan termotivasi dalam latihan Sepak takraw. Apabila pelatih dapat membuat berbagai macam metode latihan, kemungkinan Atlet akan tertarik dan termotivasi untuk bergerak aktif sekaligus memberikan kesempatan anak mendapatkan hal yang baru dari metode maupun bentuk latihan tersebut. Peneliti dalam hal ini ingin membantu pelatih dalam melakukan latihan servis punggung kaki dalam dengan mengadakan penelitian berupa model latihan bola gantung dengan ketinggian bertahap.

Latihan bola gantung dengan ketinggian jarak bertahap dianggap cocok untuk meningkatkan ketepatan maupun kemampuan atlet dalam melakukan servis tersebut. Jarak bertahap juga mempunyai keselarasan dengan servis dalam Sepak takraw. Ketinggian bola gantung dengan jarak bertahap akan ditentukan oleh diri sendiri karena kecermatan, kejelian, dan akurasi tanpa ada gangguan dari pihak lain, namun dalam hal ini jarak ketinggian bola akan diukur melalui capaian atlet melakukan servis punggung kaki dalam, servis membutuhkan konsentrasi, ketenangan, dan akurasi dalam pelaksanaannya sehingga ketinggian dengan jarak bertahap apabila diterapkan pada teknik servis dapat bekerja dengan baik. Namun latihan tersebut dilakukan secara kontinyu dan berulang-ulang atau dengan latihan rutin.

Bertitik pada latar belakang masalah di atas peneliti ingin mengetahui seberapa besar efek yang akan diberikan apabila seorang atlet mengikuti program latihan ketepatan servis dengan latihan bola gantung dengan jarak ketinggian bertahap terhadap ketepatan melakukan servis punggung kaki dalam pada permainan Sepak takraw. Sehingga penulis memformulasikan judul penelitian yakni : Pengaruh Model Latihan Bola Gantung Dengan Jarak Ketinggian Bertahap Terhadap Ketepatan Servis Punggung Kaki Dalam Pada Permainan Sepak takraw (Study Eksperiment pada Atlet PPLP Provinsi Gorontalo).

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut: 1). Keterbatasan sarana dan prasarana yang ada. 2). Kemampuan servis punggung kaki dalam pada atlet PPLP Provinsi Gorontalo masih kurang tepat sasaran. 3). Belum diketahui pengaruh latihan menggunakan bola gantung dengan jarak ketinggian bertahap terhadap ketepatan servis punggung kaki dalam pada atlet PPLP Provinsi Gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah di atas, rumusan masalah yang dapat diambil adalah: “Apakah ada pengaruh Latihan bola gantung terhadap ketepatan servis punggung kaki dalam pada atlet PPLP Provinsi Gorontalo.?”

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Latihan bola gantung dengan jarak ketinggian bertahap terhadap ketepatan servis punggung kaki dalam pada atletPPLP Provinsi Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, yaitu:

1. Secara Teoretis Memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teori pembelajaran khususnya tentang kemampuan Servis punggung kaki dalam pada permainan sepa ktakraw. Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai pengaruh latihan bola gantung dengan jarak ketinggian bertahap terhadap ketepatan servis, sehingga dapat dijadikan wahana dalam pembinaan prestasi Sepak takraw pada PPLP Provinsi Gorontalo.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi PPLP Provinsi Gorontalo, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan pengukuran dan latihan khususnya dalam kegiatan latihan cabang Sepak takraw.
 - b. Bagi pelatih dapat menjadikan latihan tersebut sebagai bahan referensi, dan dapat mengetahui seberapa besar bakat yang dimiliki atletnya. sebagai data untuk mengevaluasi terhadap program latihan yang telah dilaksanakan, sekaligus untuk merancang latihan yang akan diberikan pada atletPPLP Provinsi Gorontalo selanjutnya.
 - c. Bagi Atlet dapat mengetahui tingkat kemampuan melakukan servis punggung kaki dalam pada permainan Sepak takraw dan atau dapat digunakan sebagai tolak ukur khususnya tekong dalam mengetahui kemampuan dirinya sendiri.