

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepak takraw merupakan suatu permainan yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan. Dimainkan di atas lapangan yang berukuran 44 kaki (13,42 m) panjang, dan 20 kaki (6,1 m) lebar. Di tengah-tengah dibatasi oleh jaring seperti permainan bola voli. Permainan terdiri dari dua pihak yang berhadapan, masing-masing terdiri dari 3 (orang). Dalam permainan ini yang digunakan terutama kaki. Sepak takraw diutamakan menggunakan kaki, kepala, dada, dan paha. Tujuan dari setiap tim yaitu mengembalikan dan mematikan bola didalam area lawan sehingga tim mendapatkan poin.

Sepak takraw merupakan cabang olahraga permainan asli dari Indonesia. Aspek dasar permainan sepak takraw sendiri tidak terlepas dari pembinaan dan peningkatan prestasi. Peserta didik atau seorang atlit akan mampu mengembangkan kemampuannya secara optimal apabila memenuhi faktor-faktor sebagai berikut; karakter fisik merupakan komponen penting yang harus di berikan 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 atlit berhasil dalam suatu kompetisi perlu dikembangkan dan di pertahankan.

Sepak takraw adalah sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan yang berbentuk empat persegi panjang. Lapangan di batasi oleh net yang dimainkan menggunakan bola yang terbuat dari rotan atau plastik yang di anyam bulat. Permainan ini dilakukan oleh dua regu dengan tujuan memainkan bola serta mengembalikannya ke lapangan lawan. Dalam memainkannya dapat menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali lengan. Di awali dengan servis yang dilakukan di dalam lingkaran servis, seorang pemukul yang bertugas melakukan servis disebut tekong. Setelah servis dilakukan dan berhasil melewati net kemudian pihak lawan memainkan bola maksimal tiga kali baik oleh seorang maupun rekan satu regu untuk kembali di seberangkan diatas net agar bola jatuh di petak lawan. Agar dapat

bermain sepak takraw dengan baik, siswa harus memiliki kemampuan dan keterampilan yang baik pula. Penguasaan teknik dasar yang harus dimiliki dalam sepak takraw meliputi sepakan, heading, memaha, servis, smesh dan block. Bagian-bagian teknik sepakan meliputi sepak sila (sepakan kaki dalam), sepak kura (sepakan kaki depan), sepak tapak, sepak badek dan sepak mula (servis). Mulai dari permulaan permainan sampai membuat angka atau point gerakan sepakan merupakan gerakan yang dominan yang dilakukan pemain.

Seseorang agar dapat bermain sepak takraw dengan baik perlu mengikuti dan melaksanakan latihan yang serius dan teratur terutama terdapat 5 teknik dasarnya. Permainan sepak takraw adalah permainan yang menggunakan seluruh bagian badan kecuali tangan. Dengan demikian perlulah agar seseorang pemain sepak takraw itu banyak melatih diri terutama menggunakan kaki atau sepakan, namun tidak berarti untuk kemampuan lain tidak perlu atau tidak penting yang dapat diabaikan. Seorang pemain sepak takraw harus menguasai Teknik-teknik dasar dalam permainan sepak takraw. Sepaktakraw sebagai cabang olahraga beregu, maka kemenangan ditentukan oleh banyak faktor, dua faktor diantaranya adalah penguasaan teknik sepaktakraw secara individual dan kerjasama tim yang baik antara pemain dalam sebuah tim atau regu. Makin sempurna penguasaan teknik setiap pemain dan kerjasama tiap regu, maka kualitas pemain akan makin baik.

Secara garis besar teknik dasar bermain sepaktakraw meliputi: (1) servis yang dilakukan oleh tekong; (2) menimang; (3) *smash*; (4) *heading*; (5) *block*. Berkaitan dengan sentuhan bola dengan anggota badan, sepakan yang harus dikuasai oleh pemain sepaktakraw meliputi: sepakan, sepak sila, sepak kuda, sepak tungkil, sepak menapa dengan telapak kaki, dan sepak badek atau sepak samping, menggunakan bagian depan (dahi), bagian samping dan bagian belakang, menggunakan dada, menggunakan paha dan menggunakan bahu.

Penguasaan kemampuan sepaktakraw diperlakukan, agar pemain dapat berjalan dengan baik, kemampuan tersebut dapat berupa kemampuan individual dan kemampuan penguasaan pertandingan, kemampuan individual meliputi: sepak sila, sepak kuda, sepak badek, menggunakan paha dan menyundul bola, sedangkan

kemampuan penguasaan pertandingan meliputi: servis, menerima bola, memberi umpan dan antaran melakukan smash dan block. Servis adalah awal dari permainan sepak takraw dan merupakan salah satu serangan paling utama yang terpenting dan merupakan gerak pertama dari gerak kerja serangan yang penting untuk mendapatkan poin atau angka bagi regu yang melakukannya. Servis adalah suatu gerak kerja yang penting dalam permainan sepak takraw, karena poin hanya dapat dibuat oleh regu yang melakukan servis.

Permasalahan-permasalahan yang muncul dalam kegiatan pembelajaran materi sepak takraw pada siswa kelas XI di MAN 1 Kota Gorontalo yaitu kurangnya minat siswa dalam permainan sepak takraw karena sebagian besar siswa tidak mampu melakukan sepak sila, maka dari itu menjadi dasar bagi peneliti untuk mencoba mengembangkan sumber belajar dalam proses pembelajaran permainan sepak takraw siswa MAN 1 Kota Gorontalo. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti ingin mengadakan suatu penelitian tentang korelasi dengan judul *Hubungan antara panjang tungkai dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw siswa kelas XI MAN 1 Kota Gorontalo.*

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Sebagian besar siswa MAN 1 Kota Gorontalo belum mampu melakukan kemampuan sepak sila dengan benar dalam permainan sepak takraw
2. Siswa belum menguasai teknik dasar bermain dalam permainan sepak takraw khususnya sepak sila.

1.3 Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di uraikan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah Apakah hubungan antara panjang tungkai dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas XI MAN 1 Kota Gorontalo.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara panjang tungkai dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas XI MAN 1 Kota Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian di harapkan akan bermanfaat dalam dunia olahraga baik secara teoritis maupun secara praktis

1.5.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan peneliti khususnya para guru pjok pada umumnya.
- b. Hasil penelitian ini di harapkan dapat di gunakan sebagai referensi bacaan penyusunan penelitian yang sejenis dengan penelitian ini.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Siswa
Memberikan kesadaran pada siswa agar lebih terpacu melakukan latihan yang telah di berikan oleh Guru atau pun pelatih.
- b. Lembaga/Sekolah
Dapat di jadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khusus pada kegiatan sepak takraw.
- c. Guru Dan Pelatih
Sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah di lakukan sekaligus untuk merancang program yang akan datang.