

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aktivitas jasmani dan rohani yang dilakukan manusia atau sekelompok manusia untuk mencapai kesehatan dan kondisi fisik yang sehat dan bugar. Namun seiring berjalannya waktu dan perkembangan ilmu pengetahuan sekarang ini terjadi perubahan atau pergeseran seseorang melakukan aktifitas olahraga. Jika pada awalnya manusia melakukan aktivitas olahraga hanya untuk menjaga kebugaran tubuh atau kondisi fisik, namun sekarang aktivitas olahraga menambah ke dunia pendidikan dan perlombaan prestasi.

Pembangunan prestasi olahraga merupakan bagian dari peningkatan kualitas dan kuantitas manusia, di samping itu juga dapat memupuk watak, kepribadian, sportifitas dan kemampuan daya fikir serta pengembangan Keterampilan olahraga, oleh karna itu perkembangan olahraga harus di perhatikan saat ini dalam pembinaan dan pembangunan untuk dimasa yang akan datang, karena olahraga bisa mengangkat derajat dan mengharumkan nama bangsa di pentas regional dan internasional.

Mengharumkan nama bangsa dipentas nasional dan internasional sangat berkaitan erat hubungannya dengan olahraga prestasi. Olahraga Prestasi merupakan kegiatan olahraga yang diupayakan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal pada setiap cabang-cabang olahraga tertentu. Ini sesuai dengan amanat yang di tulis dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistim keolahragaan nasional dalam pasal 1 ayat 13

menjelaskan, “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Sehubungan itu, dalam membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan, olahraga prestasi juga menanamkan nilai-nilai sosial yang positif serta dapat menanamkan sifat-sifat sportifitas yang tinggi. Dan salah satu wadah olahraga yang dapat menunjang dan mengembangkan prestasi keolahragaan yang di pertandingkan untuk mencapai tujuan tersebut adalah cabang olahraga permainan beregu yaitu sepak takraw.

Menurut Artikel yang di tulis di jurnal scopus oleh Ian Harris Sujae & Michael Koh (2018) mengatakan Sepak takraw or “acro-volley” is a dynamic and technical net-barrier kicking sport played on a court similar in size to badminton. The word sepak means to kick and takraw is a ball weaved out of cane (Hohlt, 2000). The sport involves quick reflexes, acrobatic twists, turns, and body swerves. The fundamental Keterampilan of sepak takraw is ball juggling. The serve, block, mset, and overhead spike are complex Keterampilans that must be acquired to play competitive sepak takraw.

Jadi olahraga sepak takraw itu merupakan kombinasi permainan sepakbola dengan badminton, maksudnya adalah olahraga sepak takraw dimainkan dengan Keterampilan kaki (menjuggling, menendang atau menyepak) dan bermain menggunakan anggota tubuh lainnya kecuali tangan serta dimainkan diatas lapangan dengan ukuran hampir sama dengan olahraga badminton.

Federasi International Sepak takraw (2015) mengatakan *The regulations of the International Sepak takraw Federation (ISTAF) prohibit the use of arms or hands to contact the ball during play, which constitutes a technical fault. Failure to return a serve, rally or spike results in points scored (International Sepak takraw Federation, 2005). With variations such as doubles, beach, and hoop, sepak takraw is now a recreational and competitive sport that is played throughout the world and is being promoted to be a team event at the Olympic Games.*

International Sepak takraw Federation (ISTAF) memperkuat aturan permainan sepak takraw dengan mengatakan dalam permainan sepak takraw dilarang penggunaan senjata atau tangan untuk memainkan bola saat permainan berlangsung. International Sepak takraw Federation (ISTAF) juga mengatakan dengan variasi bermain seperti bermain di pantai dan di indor, sepak takraw sekarang menjadi olahraga rekreasi dan kompetitif yang dimainkan di seluruh dunia dan dipromosikan menjadi acara tim di Olimpiade.

Selanjutnya menurut artikel yang ditulis di journal scopus oleh Sanitate. R, *et all*, (2013) mengatakan Rules sepak takraw adalah 1) *The court is 20 feet wide and 44 feet long (the same as a doubles badminton court). The net height is 5 feet. A serving circle, called "tekong", has a 2-foot diameter and is centered on each side of the court, 9 feet from the baseline. A quarter circle has a 3-foot radius and is located at each corner at the net,* 2) *A team consists of three players-one back and two forwards,* 3) *To serve, a forward tosses the ball to the back who kicks the ball over the net,* 4) *During the serve, the serving team's forwards must remain in their quarter circle and the back must maintain one foot in the serving circle,* 5) *The serve is kicked with the foot that is outside the serving circle,* 6) *The players on the receiving team may stand anywhere on their side of the court. Usually, the back stands just in front of the serving circle and the forwards cover the sides,* 7) *All players are allowed to move freely on their side of the court once the ball has been served,* 8) *The serve is considered good if it goes over the net, even if it hits the net,* 9) *Points are scored only when a team is serving. The service changes when the serving team faults,* 10) *Player positions don't rotate during the game,* 11) *Three hits on a side are allowed and may be taken by the same player or by a combination of players,* 12) *All parts of the body may be used to hit the ball-except for the hands and arms.*

Sedangkan menurut Achmad Sofyan Hanif (2015) mengatakan Sepak takraw merupakan permainan yang dimainkan diatas lapangan empat persegi panjang dengan permukaan yang rata, baik di dalam ruangan (indoor) maupun di luar ruangan (outdoor), asalkan terbebas dari rintangan. Permainan ini dimulai dengan melakukan sepak mula (service) yang dilakukan oleh tekong kearah lapangan lawan, kemudian pemain lawan memainkan bola dengan menggunakan kaki atau bagian tubuh lainnya kecuali tangan, dengan tiga kali sentuhan. Dan

untuk memainkan permainan sepak takraw juga didukung oleh beberapa faktor, dua faktor diantaranya adalah: (1) Penguasaan teknik bermain sepak takraw secara individu, (2) Kerjasama tim yang baik. Makin sempurna penguasaan teknik setiap pemain dan kerjasama dalam regu, maka kualitas permainan semakin baik.

Supaya permainan dapat berjalan dengan baik, penguasaan teknik dasar dalam Keterampilan sepak takraw sangat diperlukan. Achmad Sofyan Hanif (2015) membagi Keterampilan dalam sepak takraw seperti Keterampilan teknik dasar individu dan Keterampilan penguasaan pertandingan. Keterampilan teknik dasar individu meliputi: sepak sila, sepak cungkil, sepak badek, sepak *cross*, memaha, *heading* (menyundul), mendada dan membahu. Sedangkan Keterampilan penguasaan permainan meliputi, servis, memberikan umpan, melakukan smes, dan blok.

Diantara keterampilan penguasaan permainan diatas yang harus di kuasai dalam melakukan penyerangan pada saat pertandingan adalah keterampilan smes. Smes dalam permainan sepak takraw bertujuan untuk menghasilkan angka dan kemenangan dalam pertandingan. menurut ahmad sofyan hanif (2015) smes merupakan upaya seorang atlet atau pemain dalam melakukan serangan ke daerah lawan. smes merupakan suatu gerakan dinamis dan bervariasi untuk memperoleh angka atau point dalam menyerang pada permainan sepak takraw, maka dalam melakukan smes dibutuhkan kemampuan fisik yang optimal untuk melakukan keterampilan smes yang terah, cepat dan akurat sehingga dapat memperoleh hasil yang baik.

Dalam melakukan smes atlet harus memiliki rangkaian gerak yang kompleks dan didukung oleh komponen kondisi fisik yang baik. Adapun

komponen kondisi fisik yang diperlukan yaitu: *eksplosif power* otot tungkai, *flexibility*, koordinasi mata-kaki, kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan ketepatan serta kondisi fisik lainnya. Selain komponen-komponen kondisi fisik yang di perlukan dalam melakukan smes adalah aspek psikologi juga mempengaruhi dalam permainan permainan sepak takraw, seperti motivasi berprestasi, percaya diri dan konsentrasi serta kemampuan psikologi lainnya.

Selain komponen kondisi fisik dan psikologi yang mempengaruhi atlet dalam melakukan Keterampilan smes permainan sepak takraw yaitu aspek kesehatan adalah status gizi atlet, karena ketika atlet memiliki gizi yang baik dan ideal maka seorang atlet akan memiliki energi yang kuat dalam melakukan Keterampilan smes sepak takraw. Maka untuk dapat menguasai smes dalam permainan sepak takraw aspek-aspek kondisi fisik, psikologi dan status gizi sangat mempengaruhi, dengan demikian untuk mencapai hasil yang maksimal seseorang pendidik/pelatih harus memperhatikan komponen-komponen tersebut dan menerapkan pada atlet khususnya pada atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) dan atlet professional nya.

Berdasarkan dari banyaknya faktor dan kesenjangan yang mempengaruhi kemampuan smes, maka oleh karena itu untuk tidak memperluas pokok permasalahan agar penelitian ini lebih spesifik dan terarah, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh *Esplosif Power* Otot Tungkai, *Flexibility* Sendi Panggul, Koordinasi Mata-Kaki, Status Gizi dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan Smes Kedeng Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dianalisis di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. *Eksplorisif power* otot tungkai berpengaruh terhadap atlet pada saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw.
2. *Flexiblity* sendi panggul berpengaruh terhadap atlet dalam melakukan keterampilan smes kedeng permainan sepak takraw.
3. Koordinasi mata-kaki berpengaruh terhadap atlet dalam melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw.
4. Keseimbangan berpengaruh terhadap keterampilan smes kedeng permainan sepak takraw
5. *Strenght* berpengaruh terhadap keterampilan smes kedeng permainan sepak takraw.
6. Kurangnya percaya diri atlet saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw.
7. Kurang nya motivasi atlet pada saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw.
8. Mental imagery berpengaruh terhadap atlet pada saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw.
9. Kurang nya kontrol diri atlet pada saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw
10. Kurang bagus nya kesehatan atlet pada saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw
11. Status gizi atlet yang tidak ideal pada saat melakukan keterampilan smes kedeng dalam permainan sepak takraw

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, maka perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan maksud dan tujuan agar hasil penelitian ini lebih terarah, untuk itu peneliti membatasi masalah penelitian dengan Lima variabel masalah saja terdiri dari empat variabel bebas (X) yaitu Pengaruh *Eksplosif Power* Otot Tungkai, *Flexibility* Sendi Panggul, Koordinasi Mata-Kaki, Status Gizi, Percaya diri dan satu variabel terikat (Y) yaitu Keterampilan Smes Kedeng Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah *Eksplosif Power* Otot Tungkai (X_1) Berpengaruh Langsung Terhadap Keterampilan Smes Kedeng (Y) Pada Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
2. Apakah *Flexibility* Sendi Panggul (X_2) Berpengaruh Langsung Terhadap Keterampilan Smes Kedeng (Y) Pada Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
3. Apakah Koordinasi Mata-Kaki (X_3) Berpengaruh Langsung Terhadap Keterampilan Smes Kedeng (Y) Pada Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
4. Apakah Status Gizi (X_4) Berpengaruh Langsung Terhadap Keterampilan Smes Kedeng (Y) Pada Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?

5. Apakah Percaya Diri (X_5) Berpengaruh Langsung Terhadap Terhadap Keterampilan Smes Kedeng (Y) Pada Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
6. Apakah *Eksplorisif Power* Otot Tungkai (X_1) Berpengaruh Langsung Terhadap Percaya Diri (X_5) Pada Keterampilan Smes Kedeng Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
7. Apakah *Flexibility* Sendi Panggul (X_2) Berpengaruh Langsung Terhadap Percaya Diri (X_5) Pada Keterampilan Smes Kedeng Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
8. Apakah Koordinasi Mata-Kaki (X_3) Berpengaruh Langsung Terhadap Percaya Diri (X_5) Pada Keterampilan Smes Kedeng Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?
9. Apakah Status Gizi (X_4) Berpengaruh Langsung Terhadap Percaya Diri (X_5) Pada Keterampilan Smes Kedeng Atlet PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) DKI Jakarta?

1.4 Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna :

1. Bagi penulis, sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar Doktor (Dr) Pada Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
2. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai referensi dalam meneliti kajian yang sama secara mendalam.
3. Bagi perpustakaan, sebagai bahan bacaan dan menambah referensi.

4. Bagi pelatih, pembina, guru penjas dan para dosen serta pengambil kebijakan dalam perencanaan dan melaksanakan program untuk pencapaian prestasi olahraga sepak takraw baik di sekolah, klub maupun perguruan tinggi, dalam upaya membina dan meningkatkan prestasi olahraga sepak takraw di Indonesia.
5. Bagi atlet, sebagai masukan dan bahan evaluasi untuk lebih bisa meningkatkan Keterampilannya dalam melakukan smes kedeng dalam permainan sepak takraw.
6. Bagi para penggemar cabang olahraga sepak takraw, untuk dijadikan sebagai masukan dalam rangka pembinaan, pengembangan dan peningkatan prestasi khususnya olahraga sepak takraw.

1.5 Kebaruan Penelitian (State of the art)

Penelitian ini sangat urgen dilakukan untuk menyediakan temuan empirik bagi upaya peningkatan kualitas dan kuantitas bidang keilmuan *Sport Science*. Temuan penelitian yang akan dihasilkan adalah Intrumen-intrumen pengukuran kondisi fisik *eksplosive power* otot tungkai, *flexibility* sendi panggul, koordinasi mata-kaki serta pengukuran status gizi, instrumen percaya diri untuk meningkatkan keterampilan smes olahraga sepak takraw.

Dalam penelitian ini, didukung oleh teori-teori yang di kutip dalam buku cetak, e-book dan hasil penelitian orang lain yang telah di publish di journal nasional dan intenational untuk memperkuat hasil penelitian ini, selanjutnya di analisis dan dijadikan referensi masing-masing variable penelitian.

Hasil akhir penelitian ini bebentuk buku Intrumen Tes Pengukuran Kondisi Fisik, Kesehatan Status Gizi dan Psikologis Atlet Sepak takraw, Hasil penelitian ini juga akan di publish melalui media cetak dan online di journal

international yang terindeks scopus dan di desiminasi di Seminar International
Prosiding terindek Scopus, serta akan di HAKI kan.

