

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan diberbagai segmen bidang sedang giat-giatnya dilakukan oleh pemerintah maupun masyarakat saat ini yang bertujuan untuk mewujudkan cita-cita pergerakan kemerdekaan Indonesia. Salah satu dari cita-cita tersebut adalah mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur serta sejahtera. Untuk terealisasinya cita-cita tersebut, haruslah didukung oleh sumber daya manusia yang berpotensi dan berkualitas sebagai pelaku pembangunan.

Olahraga merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, sehingga pemerintah menjadikan olahraga sebagai sarana pembangunan nasional. Hal ini dapat dilihat dalam pasal 25 ayat 4 Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional bahwa Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, seta mengangkat, harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Manusia yang berkualitas adalah manusia yang memiliki tingkat kesehatan dan kesegaran jasmani yang tinggi, baik fisik maupun psikis. Untuk itu, pertumbuhan dan perkembangan antara fisik dan psikis haruslah sejalan. Karena seseorang yang memiliki pertumbuhan dan perkembangan antara fisik dan psikis sejalan maka seseorang tersebut memiliki tingkat berfikir maupun kesehatan dan kesegaran jasmani yang baik, untuk itu salah satunya adalah dengan berolahraga.

Disamping itu semua, perlunya ditingkatkan upaya pembibitan olahragawan, pembinaan pelatih, penyediaan sarana dan prasarana olahraga, pengembangan sistem olahraga yang baik, agar apa yang telah digariskan dapat terwujud. Untuk mencapai tujuan tersebut perlu diambil langkah konkrit terhadap pola pembinaan olahraga di tanah air. Pembinaan olahraga dilakukan secara terpadu, dengan melibatkan berbagai disiplin ilmu yang terkait seperti: anatomi, fisiologi, psikologi, biomekanik, ilmu gizi dan lain-lain. Dengan melibatkan berbagai bidang ilmu yang dibutuhkan itu, maka upaya latihan yang dilakukan diharapkan dapat meningkatkan prestasi yang lebih baik lagi.

Kebutuhan unsur-unsur fisik maupun psikis dalam setiap cabang olahraga berbeda-beda. Hal ini terkait langsung pada karakteristik atau kebutuhan cabang olahraga itu sendiri. Dalam pembinaan prestasi untuk mencapai usia emas (golden age) atau prestasi puncak yang akan dicapai atlet yang menjadi perhatian bagi pelatih dan pembina cabang olahraga agar terlaksana dengan baik.

Cabang olahraga prestasi yang berkembang di Indonesia salah satunya adalah olahraga cricket yang diharapkan mampu mengharumkan nama bangsa dan negara di even-even Internasional. Untuk itu, dalam meningkatkan dan pencapaian prestasi yang lebih baik tentu bukanlah hal yang mudah, dibutuhkan perjuangan dan pengorbanan yang sangat tinggi dalam berlatih dan berlaga di medan pertandingan. Hal tersebut tentunya dapat tercapai jika seorang atlet cricket mempunyai pengetahuan dan penguasaan keterampilan cricket yang baik dan benar.

Cricket kini menjadi olahraga yang dinamis dan memerlukan waktu bertahun-tahun pelatihan, dan diperlukan mata yang jeli, pikiran terbuka dan badan yang sehat dalam olahraga ini. Untuk itu, dalam menguasai keterampilan cricket haruslah melakukan latihan dengan rutin dan berulang-ulang sehingga akan memperoleh

gerakan secara otomatisasi yang baik dan mempermudah pemain untuk menguasai teknik cricket selama latihan maupun dalam pertandingan. Karena prestasi puncak (Peak Performance) dalam pembinaan olahraga diperlukan suatu proses persiapan yang terencana secara bertahap, terarah, sistematis, dan berkelanjutan. Selain itu, keterampilan teknik *batting* dalam olahraga cricket juga ditentukan oleh sarana dan prasarana yang tersedia, apakah telah memadai atau tidak. Hal yang paling mendasar adalah bagaimana kondisi lapangan yang dimiliki, selanjutnya adalah prasarana yang dibutuhkan seperti tongkat pemukul, helm pelindung kepala, baju latihan, deker pelindung tulang kering, bola cricket serta alat-alat lainnya. Dengan sarana dan prasarana yang minim maka akan menghambat proses latihan sehingga tujuan dari latihan tersebut tidak tercapai secara optimal.

Faktor biomotor juga mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan penguasaan teknik dan taktik seperti kemampuan biomotor dasar dan elemen fisik yaitu daya tahan kekuatan, kekuatan otot lengan, koordinasi mata-tangan, kecepatan reaksi, *accuration*, daya tahan aerobik dan anaerobik, misalnya pada saat melakukan gerakan melakukan *batting* atau memukul bola sejauh-jauhnya dan berlari menuju tonggak kembali ke base untuk menciptakan point.

*Strength* otot lengan merupakan kemampuan biomotorik yang merupakan salah satu aspek kemampuan yang sangat diperlukan, dalam cabang olahraga cricket kekuatan memukul bola dengan kuat sehingga bola terbang jauh dan menyulitkan lawan untuk menangkapnya merupakan gerakan langsung yang dilakukan oleh seorang pemain cricket pada saat melakukan *batting*/memukul bola dengan tepat dan kuat untuk mendapatkan point atau nilai.

Koordinasi mata-tangan juga mengambil peran dalam keterampilan teknik cricket, koordinasi mata-tangan adalah hasil penggabungan reaksi dari kecepatan mata

dan dilanjutkan oleh gerakan pukulan tangan dengan tepat dan kuat sehingga bola yang dilempar dengan kencang dapat di pukul dengan baik dan kuat. Jadi koordinasi mata-tangan merupakan gerakan yang terkoordinir dengan kecepatan reaksi antara mata dengan tangan sehingga terjadi gerakan pukulan yang tepat sesuai dengan arah keinginan pemukul bola cricket. Dengan adanya koordinasi mata-tangan yang bagus dan baik maka akan mempermudah pemain dalam melakukan *batting*/ pukulan yang cepat serta mendapatkan tenaga yang memiliki kekuatan (*Strength* otot lengan) yang sempurna dalam melakukan serangan dan kecepatan (*speed*) yang bagus pada saat melakukan *batting*.

Keterampilan teknik *batting* atlet cricket dalam bermain yang baik dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya komponen biomotorik seperti *Strength* (eksplosif strength) otot lengan, kecepatan (*speed*), daya tahan (*endurance*), koordinasi gerak (*coordination*) koordinasi mata-tangan, ketepatan (*accuracy*), serta persepsi kinestetik seorang atlet dan unsur kesehatan status gizi, ketebalan lemak serta psikologis percaya diri dan motivasi, begitu juga halnya dengan atlet cricket DKI Jakarta.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan dan wawancara dengan pelatih pada beberapa atlet cricket DKI Jakarta, keterampilan teknik dasar dalam bermain cricket relatif masih rendah dan jauh dari yang diharapkan. Hal ini bisa dilihat dengan minimnya prestasi yang telah berhasil diraih oleh tim cricket DKI Jakarta pada Pekan Olahraga Nasional ataupun kejuaraan-kejuaraan bertaraf nasional lainnya. Hal ini diduga karna saat melakukan *batting* pemain tidak mengenai sasaran yang tepat pada *batting*, *Strength* otot lengan saat melakukan pukulan atau *batting* yang kurang, sehingga bola tidak terbang jauh dan mudah di tangkap oleh lawan yang menjaga di lapangan, dan kurang sempurnanya melakukan koordinasi mata-tangan saat melakukan *batting* sehingga bola tidak tepat di pukul, Selain itu, pengaruh ketebalan

lemak juga berpengaruh dalam melakukan keterampilan *batting* dalam permainan olahraga cricket. Menurut santososo (2017) dalam hasil penelitiannya semakin sedikit lemak seseorang maka semakin ringan badan seseorang dalam melakukan gerakan. Maka oleh sebab itu ketebalan lemak sangat mempengaruhi dalam melakukan gerakan *batting*, semakin sedikit ketebalan lemak seorang atlet cricket maka akan semakin mudah untuk meningkatkan keterampilan *batting* dalam permainan olahraga cricket ini.

Selanjutnya selain itu pengaruh kejiwaan atau rasa percaya diri juga sangat dibutuhkan dalam melakukan keterampilan *batting* pada permainan olahraga cricket dalam suatu kualitas teknik yang tinggi. Aspek dari penguasaan teknik sangat erat kaitannya dengan perasaan seseorang dalam mengendalikan sistem syaraf. Semakin seseorang dapat mengendalikan diri maka akan semakin percaya diri seorang atlet dalam melakukan keterampilan *batting* dalam permainan olahraga cricket.

Berdasarkan dari banyaknya faktor dan kesenjangan yang mempengaruhi keterampilan *batting* pada olahraga cricket, maka dari itu agar tidak memperluas memperluas pokok permasalahan dan agar penelitian ini lebih spesifik dan terarah, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh *Strength otot lengan, Koordinasi Mata-Tangan, Ketebalan Lemak dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan *Batting* Pada Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta***”.

## **B. Identifikasi Masalah**

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

1. *Strength* otot lengan berpengaruh terhadap atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
2. Koordinasi mata-tangan berpengaruh terhadap atlet dalam melakukan keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
3. *Accuration* berpengaruh terhadap atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
4. Kecepatan Reaksi berpengaruh terhadap atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
5. *Flexibility* sendi panggul berpengaruh terhadap atlet dalam melakukan keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
6. Keseimbangan berpengaruh terhadap keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
7. *Strength* berpengaruh terhadap keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
8. Kurang baiknya kesehatan atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* dalam permainan cricket
9. Ketebalan lemak berpengaruh terhadap keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
10. Status gizi berpengaruh terhadap keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
11. Imunitas tubuh berpengaruh terhadap keterampilan *batting* pada olahraga cricket.
12. Kurangnya percaya diri atlet saat melakukan keterampilan *batting* dalam permainan cricket.
13. Kurang nya motivasi atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* dalam permainan cricket.

14. Mental imagery berpengaruh terhadap atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* dalam permainan cricket.

15. Kurang nya kontrol Diri atlet pada saat melakukan keterampilan *batting* dalam permainan cricket

### **C. 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 *Strength otot lengan*, Koordinasi Mata-Tangan, Ketebalan Lemak dan Percaya Diri dan satu variabel terikat (Y) yaitu Keterampilan *Batting* pada Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta.

### **D. Rumusan Masalah**

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

1. Apakah *Strength* otot lengan ( $X_1$ ) berpengaruh langsung terhadap Keterampilan *Batting* (Y) Pada Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?
2. Apakah Koordinasi Mata-Tangan ( $X_2$ ) berpengaruh langsung terhadap Keterampilan *Batting* (Y) Pada Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?
3. Apakah Ketebalan Lemak ( $X_3$ ) berpengaruh langsung terhadap Keterampilan *Batting* (Y) Pada Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?

4. Apakah Percaya Diri ( $X_4$ ) berpengaruh langsung terhadap terhadap Keterampilan *Batting* (Y) Pada Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?
5. Apakah *Strength* otot lengan ( $X_1$ ) berpengaruh langsung terhadap Percaya Diri ( $X_4$ ) Pada Keterampilan *Batting* Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?
6. Apakah Koordinasi Mata-Tangan ( $X_2$ ) berpengaruh langsung terhadap Percaya Diri ( $X_4$ ) Pada Keterampilan *Batting* Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?
7. Apakah Ketebalan Lemak ( $X_3$ ) berpengaruh langsung terhadap Percaya Diri ( $X_4$ ) Pada Keterampilan *Batting* Atlet PCI (Persatuan Cricket Indonesia) Pengprov DKI Jakarta?

#### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna :

1. Bagi penulis, sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar Doktor (Dr) pada Jurusan 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 cricket baik di sekolah, klub maupun perguruan tinggi, dalam upaya membina dan meningkatkan prestasi olahraga cricket di Indonesia.
5. Bagi atlet, sebagai masukan dan bahan evaluasi untuk lebih bisa meningkatkan keterampilannya *batting* olahraga cicket.

6. Bagi para penggemar cabang olahraga cricket, untuk dijadikan sebagai masukan dalam rangka pembinaan, pengembangan dan peningkatan prestasi khususnya olahraga cricket.

#### **F. 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 instrumen-instrumen pengukuran kondisi fisik *Strength otot lengan*, koordinasi mata-tangan, serta pengukuran ketebalan lemak, instrumen mental percaya diri untuk meningkatkan keterampilan *batting* cabang olahraga cricket.

Hasil akhir penelitian ini berbentuk buku Instrumen Tes Pengukuran Kondisi Fisik dan Mental Atlet Cricket, dan hasil penelitian ini juga akan di publish di journal bereputasi dan diseminasikan pada prosiding International yang terindeks Scopus.