

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cricket merupakan olahraga permainan yang telah lama dikenal oleh masyarakat dunia. Cricket adalah salah satu olahraga tertua yang ada, pertandingan internasional pertama dilaksanakan tahun 1844 (McDonald, 2018). Teknik dasar olahraga cricket meliputi *batting* (memukul), *bowling* (melempar) dan *fielding* (menjaga). Teknik yang ada merupakan elemen utama dalam suatu pertandingan dan mempunyai kegunaan masing-masing. Teknik *batting* menjadi salah satu cara untuk memenangkan satu pertandingan cricket, karena *batting* sendiri bertujuan untuk mencetak skor *run* sebanyak-banyaknya. *Batting* dalam cricket mempunyai teknik dasar bermacam-macam seperti *front foot drive*, *pull shot*, *hook shot*, *cut shot*, *sweep shot*, *back foot drive*, dan banyak lagi pukulan yang lainnya. Dengan banyaknya variasi pukulan ini menambah permainan cricket lebih menarik.

Olahraga cricket adalah salah satu olahraga tertua dan sudah dimainkan hampir di seluruh dunia. Popularitas olahraga cricket terus meningkat, ditambah dengan pengenalan dan pengembangan nomor pertandingan *test match* dan *twenty/20* (Pote et al., 2020). Dalam pertandingan cricket terdapat beberapa nomor yang biasa dipertandingkan seperti *test match*, *one day cricket* dan *twenty/20* (T20). T20 merupakan nomor pertandingan yang singkat dan cepat karena pertandingan dapat selesai dengan 120 lemparan bola atau bahkan bisa lebih cepat bila semua pemukul *out*. Pada PON 2021 di Papua akan dipertandingkan dua nomor pertandingan modifikasi selain t20, yaitu *super eight* (S8) dan *sixes* (6s). Kedua nomor pertandingan ini berlangsung cepat dengan jumlah pemain lebih sedikit dibandingkan nomor t20. Menurut Petersen, Pengenalan kemampuan memukul *boundries* seorang *batsman* adalah kontributor utama dalam kesuksesan pertandingan cricket saat ini, sehingga menjadi salah satu fokus utama selama sesi latihan (Peplow et al., 2019).

Olahraga cricket mengenal istilah *six run* untuk pukulan melambung yang keluar lapangan. Untuk menghasilkan pukulan tersebut dibutuhkan tenaga yang kuat atau biasa disebut dengan *power hitting*, adapun salah satu teknik pukulan (*batting*) untuk menghasilkan pukulan melambung yang kuat yakni *pull shot*

(Wickramasinghe, 2014). Pukulan *pull shot* menjadi salah satu peluang memaksimalkan pengumpulan skor yang banyak dan juga cepat. Gerakan pukulan *pull shot* dapat dilakukan jika bola yang dihasilkan oleh pelempar (*bowler*) kurang baik seperti pendek ataupun terlalu *full*. Hal ini sangat bisa dimanfaatkan oleh pemukul (*batsman*) untuk mendapatkan skor empat atau enam tanpa perlu berlari bertukar tempat dengan pemukul *non striker*.

Pukulan *pull shot* yang baik tentu memerlukan *power hitting* yang baik agar hasil pukulannya melambung jauh. Keberhasilan pukulan *pull shot* adanya sumbangsih dari kekuatan otot lengan, fleksibilitas pinggang dengan ditunjang kecakapan koordinasi mata tangan dan kaki disertai dengan kecepatan ayunan *bat*, namun tidak semua pelatih ataupun atlet menyadari hal itu, banyak diantaranya yang mengabaikan komponen penunjang keberhasilan pukulan *pull shot* akibatnya pukulan yang dihasilkan tidaklah maksimal sehingga target *score* dalam pertandingan juga tidak tercapai.

Pentingnya peninjauan secara cermat dalam teknik gerakan dalam olahraga cricket menjadikan kesempurnaan suatu teknik secara efisien. Seringkali atlet melakukan suatu gerakan namun tidak memahami arti setiap tahapan gerakan yang akan menjadikan kesempurnaan teknik tersebut. Ketika atlet memahami faktor-faktor pendukung dalam terciptanya sebuah gerakan maka atlet akan lebih maksimal dan menjiwai dalam melakukan sebuah gerakan (Bala, 2014). Hal ini berlaku untuk sebuah teknik pukulan *pull shot* dalam olahraga cricket, pukulan ini terjadi saat pelempar (*bowler*) memberikan bola yang kurang bagus seperti bola jatuh terlalu pendek ataupun terlalu penuh dan untuk memukulnya dengan menggerakkan kaki ke arah kanan *stump* agar badan seimbang disaat memukul bola. Apabila pemukul tidak memahaminya maka akan mengabaikan kekuatan otot lengan, fleksibilitas pinggang dan koordinasi mata tangan kakinya sehingga garis lengkung bola yang dihasilkan tidak sesuai derajat yang diinginkan dari pukulan *pull shot* (Zia et al, 2017).

Power hitting yang menunjang pukulan *pull shot* merupakan salah satu jenis pukulan yang dapat membuat bola keluar lapangan, yang berarti pemukul mendapatkan skor empat atau enam tanpa perlu berlari. Hal ini dikarenakan gerakan pukulan *pull shot* adalah gerakan yang biasa dilakukan seseorang secara natural saat

memukul bola dengan posisi alat pemukul menyilang atau horizontal. Tetapi dalam melakukan pukulan *pull shot*, seorang atlet cricket tentu membutuhkan *power* dalam memukul bola. *Power* memukul atau sering disebut *power hitting* yang bagus tentu hal ini akan menguntungkan bagi atlet itu sendiri dan juga tim, dan apabila seorang atlet memukul bola dengan *power* yang bagus maka bisa saja hasil dari pukulan bola tersebut keluar lapangan, dimana skor yang di dapat bisa empat *runs* atau enam *runs* tanpa perlu berlari.

Menurut data dari Persatuan Cricket Indonesia (PCI) pada Pra-PON 2019, atlet cricket putri DKI Jakarta berhasil meraih kemenangan saat melawan Sulawesi Selatan. Salah satu faktor pendukung kemenangan tersebut adalah banyaknya bola yang dipukul keluar lapangan. Berbeda saat melawan provinsi Bali, atlet cricket putri DKI Jakarta hanya mampu memukul bola keluar lapangan sebanyak dua kali dan tidak memaksimalkan peluang saat bowler melempar bola pendek untuk di pukul *pull shot* serta terlalu cepat *batsman out*, sehingga atlet putri DKI Jakarta harus menerima kekalahan. Menurut data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *power hitting* berperan penting dalam permainan cricket. *Power hitting* menjadi salah satu faktor pendukung yang dominan dalam sebuah kemenangan suatu tim.

Prinsipnya untuk menghasilkan *power hitting* yang baik, diperlukan latihan yang sistematis dan berkala. Kondisi fisik yang baik juga merupakan faktor pendukung seorang atlet dapat memiliki *power hitting* yang baik. Banyak yang menganggap kekuatan otot lengan yang baik menjadi satu-satunya cara agar memiliki *power hitting* yang baik. Nyatanya tidak hanya kekuatan otot lengan saja yang menjadi faktor tercapainya *power hitting* yang baik, tetapi terdapat beberapa faktor pendukung lainnya seperti kelentukan pinggang, koordinasi mata tangan kaki, serta kecepatan dari ayunan *bat*.

Kelenturan merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang dimiliki setiap orang untuk mewujudkan gerakan yang luwes, lancar dan tidak kaku, maka unsur kondisi fisik ini dikembangkan menjadi kemampuan gerak yang mendukung penguasaan kemampuan keterampilan olahraga (Travert a & Maiano, 2017). Kualitas kelenturan yang dimiliki setiap orang berbeda-beda, kelenturan yang baik memungkinkan otot atau sekelompok otot untuk berkontraksi dengan melibatkan sistem lokomotor tubuh untuk berkerjasama untuk melakukan aktivitas gerak.

Beberapa hal yang harus diperhatikan dan terus dilatih agar *power hitting pull shot* menjadi gerakan yang harmonis adalah koordinasi mata, tangan, dan kaki. Koordinasi mata tangan kaki merupakan salah satu komponen fisik yang mendukung keberhasilan dalam *power hitting pull shot*. Gerakan *pull shot* memiliki serangkaian gerakan rumit sehingga koordinasi mata, tangan, dan kaki akan menunjang keberhasilan *power hitting pull shot*. Kecepatan ayunan *bat* juga mendorong bola untuk melaju lebih jauh dan cepat dalam *power hitting pull shot*. Kecepatan ayunan *bat* juga berperan penting pada saat bola *impact* dengan *bat* agar terjadinya *impact* tersebut berada dititik *sweet spot bat*.

Penelitian pada cabang olahraga cricket sendiri selama ini lebih banyak dilakukan untuk menganalisis pengaruh latihan, aspek fisiologis, *strenght and conditioning*, tes dan pengukuran biomekanika yang berhubungan dengan strategi bermain. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Zia ul Haq et al., 2017) *Kinematics of Pull Shot of the Malaysian National Cricket Batsmen*, lalu (Zia Ul Haq et al., 2018) juga meneliti tentang *Correlation between the Anthropometric Measures and Performance of the Cricket Pull Shot- A Case Study of the Malaysian National Batsmen*, ditahun berikutnya (Zia Ul Haq et al., 2019) meneliti *Lower Extremity Kinematics of the Successful and Unsuccessful Cricket Pull Shots of the Malaysian National Cricket Batsmen*. Demikian juga penelitan oleh (Wolter et al., 2020) *The Effect of Arm Muscle Strength , Eye-Hand Coordination , Fat Thickness and Self-Confidence on Learning of Batting Cricket Skills* dan (Taliep et al., 2010) tentang *Upper body muscle strength and batting performance in cricket batsmen*.

Penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa belum terdapat penelitian yang secara mendalam dan terfokus pada cabang olahraga cricket yang menyangkut pada *power hitting pull shot*. Dengan demikian, maka penelitian ini memiliki keterbaruan menyangkut substansi yang meliputi analisis program pembinaan prestasi yang dilakukan dengan melibatkan multidisiplin ilmu yaitu bidang biomekanik dan cabang olahraga cricket itu sendiri.

Faktor penunjang keberhasilan teknik *pull shot* tidak lepas dari peran kekuatan otot lengan. Atlet yang mempunyai kekuatan yang bagus pada otot lengan akan memaksimalkan dalam kesempurnaan perkenaan bola dalam *pull shot*. Kesempurnaan pukulan ini juga dibantu kelentukan pinggang, pinggang dengan

fleksibilitas tinggi akan menambah ruang gerak dalam perputaran badan saat melakukan *pull shot*. Kedua komponen yang ada akan terlaksana dengan baik apabila koordinasi mata tangan kaki yang efisien, karenanya koordinasi ini dibutuhkan secara cermat. Kecepatan ayunan *bat* akan menambahkan gaya pada bola saat sudah *impact* dengan *bat*. Berdasarkan pernyataan diatas peneliti memberikan solusi untuk mengungkap seberapa besar pengaruh kekuatan otot lengan, kelentukan pinggang, koordinasi mata tangan kaki, dan kecepatan ayunan *bat* terhadap *power hitting pull shot* atlet cricket putri DKI Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka dapat diidentifikasi masalah sebagaimana berikut :

1. Banyak atlet sulit melakukan *pull shot* dengan maksimal pada olahraga cricket
2. Kurangnya kemampuan *power hitting* atlet saat melakukan *pull shot* dengan maksimal pada olahraga cricket
3. Masih kurangnya kekuatan otot lengan atlet saat melakukan *power hitting pull shot* pada olahraga cricket
4. Masih kurangnya kelentukkan pinggang saat melakukan *pull shot* pada olahraga cricket
5. Masih kurangnya koordinasi mata tangan kaki saat melakukan *pull shot* pada olahraga cricket
6. Masih kurangnya kecepatan ayunan *bat* saat melakukan *pull shot* pada olahraga cricket
7. Teknik *pull shot* dalam cricket membuthukan kekuatan otot lengan dan perlu diketahui adanya pengaruh antara kekuatan otot lengan dengan *power hitting pull shot*
8. Teknik *pull shot* dalam cricket membuthukan kelentukan pinggang dan perlu diketahui adanya pengaruh antara kelentukan pinggang dengan *power hitting pull shot*
9. Teknik *pull shot* dalam cricket membuthukan koordinasi mata tangan kaki dan perlu diketahui adanya pengaruh antara koordinasi mata tangan kaki dengan *power hitting pull shot*

10. Teknik *pull shot* dalam cricket membutuhkan kecepatan ayunan *bat* dan perlu diketahui adanya pengaruh antara kecepatan ayunan *bat* dengan *power hitting pull shot*
11. Dalam teknik *pull shot* membutuhkan signifikasi antara kekuatan otot lengan, kelentukan pinggang, koordinasi mata tangan kaki dan kecepatan ayunan *bat* terhadap *power hitting pull shot*

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini tidak meluas, maka penelitian ini hanya berfokus pada kekuatan otot lengan, kelentukan pinggang, koordinasi mata tangan kaki sebagai variabel bebas atau variabel eksogen, kemudian kecepatan ayunan *bat* sebagai variabel antara atau variabel *entevening*, dan *power hitting pull shot* sebagai variabel terikat atau variabel endogen.

Variabel bebas ini merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lain. Variabel antara merupakan variabel yang mempengaruhi dan dipengaruhi. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh lebih dari satu variabel.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka masalahnya dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah kekuatan otot lengan (X_1) berpengaruh langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?
2. Apakah kelentukan pinggang (X_2) berpengaruh langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?
3. Apakah koordinasi mata tangan kaki (X_3) berpengaruh langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?
4. Apakah kecepatan ayunan *bat* (X_4) berpengaruh langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?
5. Apakah kekuatan otot lengan (X_1) berpengaruh langsung terhadap kecepatan ayunan *bat* (X_4) atlet cricket putri DKI Jakarta?
6. Apakah kelentukan pinggang (X_2) berpengaruh langsung terhadap kecepatan ayunan *bat* (X_4) atlet cricket putri DKI Jakarta?
7. Apakah koordinasi mata tangan kaki (X_3) berpengaruh langsung terhadap kecepatan ayunan *bat* (X_4) atlet cricket putri DKI Jakarta?

8. Apakah kekuatan otot lengan (X_1) melalui kecepatan ayunan *bat* (X_4) berpengaruh tidak langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?
9. Apakah kelentukan pinggang (X_2) melalui kecepatan ayunan *bat* (X_4) berpengaruh tidak langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?
10. Apakah koordinasi mata tangan kaki (X_3) melalui kecepatan ayunan *bat* (X_4) berpengaruh tidak langsung terhadap *power hitting pull shot* (Y) atlet cricket putri DKI Jakarta?

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna baik secara teoritis berupa menambah khazanah keilmuan dan dapat membantu dalam praktek pengajaran maupun pelatihan cricket lebih detail kegunaan penelitian sebagaimana berikut :

1. Memberikan gambaran dan pengetahuan tentang analisis gerak pada cabang olahraga cricket
2. Memberikan data tentang hubungan dan perlunya kekuatan otot lengan, kelentukan pinggang, koordinasi mata tangan kaki dan kecepatan ayunan *bat* terhadap *power hitting* olahraga cricket
3. Memberikan sumbangan pikiran yang sekaligus dapat dijadikan suatu pedoman bagi para pembina atau pelatih cricket
4. Diharapkan hasil penelitian ini bisa berguna bagi para pelatih, guru pendidikan jasmani serta pelaku olahraga yang melakukan olahraga cricket.

F. State Of The Art

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan olahraga cricket, belum ada yang membahas secara rinci mengenai *power hitting pull shot*. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk membahas secara rinci beberapa faktor fisik yang menunjang *power hitting* pada teknik pukulan *pull shot*.

Berikut adalah penelusuran studi literatur untuk menemukan gap dari penelitian-penelitian sebelumnya, sehingga dapat ditentukan *state of the art* dari penelitian ini.

No	Tahun	Nama penulis dan Jurnal	Pembahasan
1.	2018	Zia Ul Haq, Muhammad Habib, Muhammad Badar Nazeer, Muhammad <i>Global Regional Review</i>	<i>Correlation between the Anthropometric Measures and Performance of the Cricket Pull Shot- A Case Study of the Malaysian National Batsmen</i>
2.	2019	Zia Ul Haq, Muhammad Habib, Muhammad Badar Nazeer, Muhammad Tahir <i>Global Regional Review</i>	<i>Lower Extremity Kinematics of the Successful and Unsuccessful Cricket Pull Shots of the Malaysian National Cricket Batsmen</i>
3.	2017	Zia ul Haq, Muhammad Lee, Low Jeffrey Fook Dasril, Bendri Bin <i>International Journal of Physiotherapy</i>	<i>Kinematics of Pull Shot of the Malaysian National Cricket Batsmen</i>
4.	2020	McErlain-naylor, Stuart Peploe, Chris Grimley, James Harland, Andy King, Mark	<i>The Effect Of Delivery Method On Cricket Batting Upper-Body Kinematics</i>
5.	2018	Peploe, Chris McErlain-Naylor, Stuart A. Harland, Andy R. Yeadon, Maurice R. King, Mark A. <i>Proceedings of the Institution of Mechanical Engineers, Part P: Journal of Sports Engineering and Technology</i>	<i>A curve fitting methodology to determine impact location, timing, and instantaneous post-impact ball velocity in cricket batting</i>
6.	2012	Bower, Rob <i>Sports Engineering</i>	<i>The sweet spot of a cricket bat for low speed impacts</i>
7.	2019	Peploe, C. McErlain-Naylor, S. A. Harland, A. R. King, M. A. <i>Human Movement Science</i>	<i>Relationships between technique and bat speed, post-impact ball speed, and carry distance during a range hitting task in cricket</i>
8.	2019	McErlain, Stuart A Peploe, Chris Grimley, James Felton, Paul James <i>Human movement science</i>	<i>Kinematic determinants of power hitting performance : a technique comparison of male and female cricketers</i>