

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permainan bola tangan merupakan salah satu permainan olahraga sama seperti halnya olahraga permainan sepak bola, bola basket, dan yang lainnya. Karena permainan ini mengandalkan *power* (gabungan antara kekuatan dan kecepatan).

Secara esensi bola tangan adalah sebuah cabang olahraga permainan beregu yang menggunakan bola sebagai alatnya yang dimainkan dengan menggunakan satu atau kedua tangan dengan cara dilempar, dipantulkan, ditangkap atau ditembakkan.

Sedangkan secara aturan, bola tangan adalah sebuah cabang olahraga permainan yang menggunakan bola sebagai alatnya dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah agar tim lawan tidak dapat memasukan bola ke gawang sendiri.

Bola tangan merupakan olahraga permainan yang merupakan kombinasi antara cabang olahraga bola basket dan sepak bola. Dimana teknik dasar permainan bola tangan adalah memantulkan dan mengoper bola dengan menggunakan tangan sama seperti permainan bola basket. Sedangkan dari segi peraturan bola tangan hampir sama dengan olahraga

sepak bola dari lapangan dan menggunakan gawang sama seperti permainan sepak bola.

Di Indonesia permainan bola tangan telah dilakukan sejak jaman penjajahan Belanda, tetapi sayang sampai sekarang tidak banyak diketahui oleh masyarakat. Hal ini ternyata dengan tidak adanya top organisasi bola tangan, perkumpulan bola tangan begitu pula pertandingannya. Tetapi permulaan bola tangan telah dimasukkan dalam acara pertandingan PON ke – II Jakarta tahun 1951 yang diikuti oleh kontigen dari Jakarta, Jawa Barat, Jawa Tengah dan Jawa Timur jadi permainan bola tangan di Indonesia banyak dikenal oleh pelajar sekolah lanjutan sebagai salah satu pelajaran olahraga serta di kalangan angkatan bersenjata.¹

Bola tangan sekarang ini sedikit demi sedikit mulai berkembang di Indonesia. Hal tersebut terlihat dengan adanya organisasi yang membawahi cabang olahraga bola tangan ini, yaitu Asosiasi Bola tangan Indonesia (A.B.T.I). Dan selanjutnya diikuti oleh pendirian Klub Bola tangan FIK –UNJ.

Olahraga ini kembali pertama kali dipertandingkan secara resmi di Indonesia pada kejuaraan bola tangan pasir yang merupakan salah satu cabang dalam Asian Beach Games I di Bali pada tahun 2008. Kemudian berkembang dengan adanya Kejuaraan Mahasiswa Bola tangan Indoor yang diselenggarakan di Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2009. Seiring dengan berjalannya waktu, olahraga bola tangan pun semakin dikenal

¹ Aip Sjarifudin, Pendidikan Olahraga Kesehatan, (Jakarta : CV. Baru 1987),h_ 190

dikalangan pelajar dan mahasiswa. Oleh karena itu banyaknya terlaksana kejuaraan-kejuaraan nasional antar pelajar dan kejuaraan-kejuaraan Nasional antar perguruan tinggi setiap tahunnya. Bukan hanya itu, dengan semakin dikenalnya olahraga bola tangan, akhirnya provinsi Jawa Barat pun setiap tahunnya mengadakan kejuaraan se-Jawa Barat atau yang dikenal dengan nama “KEJURBAR”.

Pada tahun 2010 kembali Indonesia mengikuti kejuaraan Olahraga pantai se-Asia (ABG- *Asian Beach Games*) yang ke-2, kejuaraan Olahraga pantai se-Asia ini diselenggarakan di MUSCAT-OMAN. Berakhirnya *Asian Beach Games* ke-2 ini membuat bola tangan semakin dikenal oleh kalangan pelajar dan mahasiswa, apa lagi dengan diadakannya kejuaraan Nasional Bola tangan *indoor* tingkat pelajar dan mahasiswa ke-3 yang diadakan oleh Universitas Negeri Jakarta Fakultas Ilmu Keolahragaan pada bulan Juli 2011. Dan klub bola tangan FIK –UNJ ikut bertanding dalam kejuaraan tersebut. Berdasarkan pada kejuaraan mahasiswa dan pelajar Bola tangan *Indoor* yang sudah diselenggarakan, peneliti melihat anggota atau atlet klub bola tangan pelajar masih belum mampu memberikan kemampuan *passing* dengan baik, banyak diantara mereka masih lemah dalam melakukan *passing*, terutama *passing* jarak dekat maupun jarak jauh sehingga masih banyak kesalahan- kesalahan dasar dalam melakukan *passing* yang harus di tingkatkan.

Perlu diketahui pula bahwa bola tangan juga termasuk ke dalam salah satu cabang olahraga prestasi. Dalam olahraga prestasi terdapat beberapa komponen utama dalam peningkatan prestasi itu sendiri. Seperti yang dikatakan oleh Tudor O. Bompas dalam buku terjemahannya yang menyatakan bahwa faktor-faktor latihan yang perlu dipersiapkan dalam setiap program latihan pada setiap cabang olahraga adalah : persiapan fisik, persiapan teknik, persiapan taktik, dan persiapan kejiwaan yaitu mental.² Bukan suatu hal yang *instan* dalam menjadikan sebuah cabang memiliki prestasi yang unggul. Oleh sebab itulah diperlukan adanya persiapan. Peneliti menemukan permasalahan dalam bola tangan terkait komponen fisik setiap atlet. Seperti yang dikatakan oleh Tudor O. Bompas bahwa persiapan fisik dan persiapan teknik merupakan dasar dalam membangun prestasi.³

Bagian telapak tangan sangat berpengaruh karena bagian telapak tangan harus berada di belakang bola sebab ini akan berpengaruh terhadap kerasnya hasil lemparan dan lebih penting memudahkan mengarahkan bola tepat ke sasaran yang dituju.

Selain itu menurut Mahendra menyatakan bahwa salah satu pola gerak dasar dominan dalam bola tangan adalah lempar dan tangkap yang

² Tudor O. Bompas, *PERIODIZATION Theory and Methodology of Training*, Diterjemahkan oleh tim dosen FIK UNJ, (Jakarta: FIK UNJ Jakarta, 2009), h. 61.

³ *Ibid.* h. 61.

merupakan keterampilan *manipulatip*.⁴ Dalam olahraga permainan bola tangan melempar merupakan keterampilan dasar yang harus ada pada olahraga ini, karena berfungsi sebagai usaha untuk melakukan operan (*passing*) atau lemparan ke gawang musuh. Semakin baik dalam lemparan bola maka dapat memudahkan seorang pemain melakukan operan (*passing*) maka dari pernyataan di atas diketahui bahwa operan (*passing*) dalam cabang olahraga bola tangan membutuhkan kecepatan dan juga kekuatan pada otot lengan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang dapat dikemukakan sebagai berikut :

1. Mengapa dalam melakukan *overhand pass* memerlukan kekuatan otot lengan?
2. Apakah kekuatan otot lengan dapat mempengaruhi kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?
3. Apakah panjang lengan pemain mempengaruhi kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?
4. Apakah kekuatan otot lengan memiliki hubungan dengan kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?

⁴Agus Mahendra,Op Cit., h.42

5. Apakah panjang lengan pemain mempunyai hubungan dengan kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?
6. Apakah kekuatan otot lengan dan panjang lengan pemain mempunyai hubungan dengan kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini tidak terlalu luas, maka penelitian ini dibatasi pada hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan *overhand pass* pada anggota ekstrakurikuler Bola Tangan SMK Negeri 26 Jakarta.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka penelitian ini merumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?
2. Apakah terdapat hubungan antara panjang lengan pemain terhadap kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta ?
3. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta?

E. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menjawab dari perumusan masalah tentang hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta .
2. Dalam pencapaian hasil prestasi, dari hubungan antara kekuatan otot lengan dan panjang lengan terhadap kemampuan *overhand pass* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta. Karena dengan kualitas otot lengan dan panjang lengan yang baik maka dalam melakukan passing dapat menghasilkan *assist* yang baik untuk mencetak angka.
3. Sebagai parameter bagi pelatih dalam menyusun program latihan keterampilan *passing* dalam permainan bola tangan.
4. Sebagai bahan evaluasi pelatih dalam meningkatkan keterampilan *passing* pada siswa SMK Negeri 26 Jakarta.
5. Memberikan masukan tentang kondisi fisik khususnya kekuatan otot lengan dan panjang lengan bagi kemajuan dan perkembangan olahraga bola tangan Indonesia.