

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perkembangan olahraga saat ini semakin pesat seiring dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi yang berperan penting dalam peningkatan prestasi atlet. Begitu pula dengan perkembangan cabang olahraga sepak takraw di tingkat Nasional, Asean dan Internasional.

Di tingkat Asean dan Internasional persaingan semakin ketat melalui Sea Games, Asian Games ditambah lagi dengan Kejuaraan Dunia King's Cup yang rutin diselenggarakan oleh Thailand setiap tahunnya serta kompetisi lanjutan lainnya yaitu ISTAF Super Series yang diselenggarakan bergantian di setiap Negara.

Sebagai gambaran prestasi sepak takraw Indonesia pada King's Cup tahun 2012 tim Indonesia meraih 1 perak dan 2 perunggu, tahun 2013 meraih 2 perak 1 perunggu. Pada ISTAF Super Series tim Indonesia bergantian dengan Korea dan Malaysia meraih perak dan perunggu, hal ini mencerminkan semakin meratanya kemampuan Negara di Asia lainnya.

Ditingkat Nasional dapat dilihat dari terselenggaranya PON, Kejurnas, POMNAS, POPNAS, kemampuan atlet masing-masing daerah semakin merata terbukti tidak hanya didominasi oleh salah satu daerah seperti Riau, Sulawesi Selatan dan Sumatera Barat, namun Provinsi-provinsi seperti

Gorontalo, DKI Jakarta, Jawa Tengah dan Jawa Timur juga berkembang sangat pesat.

Pada tingkat pelajar, DKI Jakarta cukup dominan meraih prestasi, diawali di tahun 2006 hingga tahun 2013 tim sepaktaraw DKI Jakarta tidak pernah absen pada partai Final Pekan Olahraga Pelajar Nasional. Ditambah lagi dengan terbentuknya PPLP putra pada tahun 2011 menjadikan sebuah pembinaan yang berjenjang dalam rangka Pelatihan Daerah DKI Jakarta untuk menghadapi PON XIX 2016 di Jawa Barat.

Dalam permainan sepaktakraw masing-masing atlet mempunyai tugas masing-masing, tekong yang berdiri ditengah diantara apit kanan dan kiri bertugas melakukan sepak mula atau servis ke daerah lawan, ini merupakan serangan pertama yang dilakukan oleh sebuah tim. Sementara itu apit kiri berdiri disebelah kiri begitu pula dengan apit kanan, tugas dari apit kanan biasanya sebagai pengumpan dan apit kiri sebagai *spiker*. Namun tidak menutup kemungkinan pelatih membuat strategi apit kanan sebagai *spiker* dan apit kiri sebagai pengumpan.

Untuk memulai permainan sepaktakraw pertama kali bola di servis atau diseberangkan melalui atas net ke lapangan lawan setelah itu melalui operan dari kaki ke kaki atau menggunakan paha dan kepala bola kemudian diseberangkan lagi kearah lawan yang melakukan servis dengan teknik *smesh* sampai salah satu dari regu tadi tidak bisa mengembalikan bola.

Pada saat lawan melakukan servis tugas utama dari semua pemain adalah menerima bola pertama atau bertahan. Bertahan juga merupakan langkah awal sebelum pemain melakukan umpan lalu dapat melakukan serangan balik melalui *Smesh*.

Bertahan merupakan aplikasi dari teknik dasar yang dimiliki atlet. Teknik dasar itu harus terus menerus dilatih mulai dari sepak sila, memaha, kepala, cangkil badek dan lainnya. Latihan menerima bola pertama atau bertahan adalah latihan yang sangat penting, teknik ini tidak hanya penting dalam permainan namun merupakan teknik yang sangat sulit dikuasai mengingat servis lawan semakin keras dan dapat bervariasi.

Masa usia sekolah atau pada saat di PPLP adalah kunci utama pelatih dalam membentuk teknik dasar atlet maupun teknik lanjutan, Para pelatih harus cermat dalam memberikan materi teknik pada atletnya, karena jika pada saat PPLP atlet melakukan gerakan yang salah dan dilakukan secara berulang-ulang maka akan terus-menerus terjadi kesalahan, namun jika pada masa tersebut atlet diberikan teknik yang benar maka akan menjadikan itu sebagai otomatisasi pada atlet tersebut.

Jika pemain tidak memiliki kemampuan menerima bola pertama atau bertahan, regu lawan akan semakin cepat memenangkan pertandingan dan pertandingan akan berjalan cepat dan membosankan.

Untuk mendapatkan teknik pertahanan yang baik para pemain harus terus dilatih diawali dengan posisi dan sikap tubuh saat bertahan, teknik mengontrol bola pelan dan mengontrol bola keras. Ini dimaksud untuk mengurangi kesalahan yang terjadi saat bertahan.

Kesalahan yang sering terjadi saat bertahan adalah saat atlet lengah ketika menerima bola didekat net dan tidak siap ketika menerima servis yang sangat keras dari lawan. Ketika atlet gagal dalam bertahan atau bola terlalu liar untuk di kontrol otomatis pengumpan tidak dapat melakukan umpan yang baik sehingga tidak bisa di *smesh* oleh *spiker* dan menjadi point untuk lawan.

Model latihan pertahanan dalam permainan sepaktakraw sangat bervariasi, para pemain dapat melakukannya dengan tembok, berpasangan dengan teman maupun dengan alat yaitu dengan menggunakan raket kayu atau raket tenis.

Dengan berbagai model latihan, pelatih dapat memaksimalkan kemampuan atlet dalam bertahan ketika pertandingan, oleh karena itu seluruh atlet harus memiliki kemampuan bertahan yang baik, karena jika salah satu atlet kurang baik dalam bertahan, itu akan menjadi titik lemah dan menjadi sasaran utama oleh lawan untuk mendapatkan point.

Dengan penguasaan teknik dasar yang benar serta kemampuan bertahan atlet yang baik dapat mempermudah seorang pengumpan untuk mengatur strategi dan melakukan variasi umpan sehingga *Smesh* tidak mudah di blok oleh lawan.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin mencoba meneliti latihan bertahan dengan menggunakan dua model latihan, yaitu latihan bertahan dengan menggunakan lemparan dan menggunakan raket, kemudian dibandingkan mana yang lebih efektif antara latihan bertahan dengan menggunakan lemparan dan dengan raket terhadap kemampuan bertahan pada atlet putra PPLP Sepaktakraw DKI Jakarta tahun 2014

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu :

1. Dengan kompetisi sepaktakraw di Indonesia saat ini apakah dapat meningkatkan kualitas atlet?
2. Seberapa besar pengaruh teknik dasar terhadap kemampuan bertahan atlet?
3. Bagaimanakah keberagaman model latihan yang dimiliki para pelatih untuk meningkatkan kualitas bertahan atlet sepaktakraw?
4. Bagaimanakah menilai kemampuan bertahan atlet putra PPLP sepaktakraw DKI Jakarta?
5. Apakah latihan bertahan dengan lemparan dapat meningkatkan kemampuan bertahan atlet putra PPLP sepaktakraw DKI Jakarta?
6. Apakah latihan bertahan dengan raket tenis dapat meningkatkan kemampuan bertahan atlet putra PPLP sepaktakraw DKI Jakarta?

7. Seberapa besar pengaruh pertahanan terhadap strategi yang diterapkan pelatih ketika bertanding?
8. Seberapa besar pengaruh pertahanan terhadap kemenangan sebuah tim dalam permainan sepak takraw?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka dalam penelitian ini tidak mungkin untuk diteliti secara menyeluruh, untuk itu perlu adanya pembatasan masalah agar penelitian ini sesuai dengan sasaran yang hendak dicapai.

Dalam penelitian ini peneliti hanya berfokus pada perbandingan model latihan bertahan lemparan dan dengan raket terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP sepak takraw DKI Jakarta.

### **D. Perumusan masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat peningkatan keterampilan bertahan dengan model latihan lemparan terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP sepak takraw DKI Jakarta?

2. Apakah terdapat peningkatan keterampilan bertahan dengan model latihan menggunakan raket tenis terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP sepaktakraw DKI Jakarta?
3. Model latihan manakah yang lebih efektif antara dengan lemparan dan dengan raket terhadap kemampuan bertahan atlet putra PPLP Sepaktakraw DKI Jakarta?

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

Adapun kegunaan penelitian ini sebagai berikut :

1. Memberikan masukan kepada para pelatih dalam meningkatkan prestasi cabang olahraga sepaktakraw.
2. Memberikan pengetahuan kepada para atlet dan mahasiswa yang menekuni cabang olahraga sepaktakraw.
3. Memberikan masukan kepada para guru pendidikan jasmani dan pembina cabang olahraga sepaktakraw dalam mengembangkan model latihan dalam cabang olahraga sepaktakraw.
4. Meningkatkan kemampuan bertahan atlet sepaktakraw.
5. Untuk diri saya sendiri dalam mengembangkan sepaktakraw di DKI Jakarta.