

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sepaktakraw merupakan olahraga tradisional yang berasal dari bumi Indonesia dan telah lama berkembang ditinjau air, dengan banyak dimainkan oleh masyarakat Indonesia terutama yang berdomisili didaerah pantai, seperti Kepulauan Riau, Sumatera bagian Barat dan Makassar. Permainan sepaktakraw tersebut dahulu di Makassar sering disebut sepak raga yang banyak dimainkan oleh para nelayan sebagai pengisi waktu luang sebelum mereka melaut.

Di berbagai daerah sepak raga dijadikan permainan yang dipertunjukkan bila ada perhelatan negeri. Di Sulawesi Selatan sepak raga merupakan permainan anak remaja. Adapun arti permainan dalam bahasa Bugis disebut "*marraga*" atau "*mdaga*", dalam bahasa Makassar disebut "*akraga*" sedangkan di Sumatera disebut "*bermain rago*" dan Nusantara disebut "*sepak raga*".

Sebagai gambaran, prestasi para atlet sepaktakraw Indonesia dalam kejuaraan dunia sepaktakraw *King's Cup* di Thailand tahun 2010, meraih medali perak, di SEA Games Laos tahun 2009 serta Asian Games Cina tahun 2010, tim Indonesia hanya meraih 2 Medali Perunggu. Terlihat jelas

persaingan yang semakin merata diberbagai nomor pertandingan dalam olahraga sepaktakraw, ini menunjukkan bahwa kemajuan sepaktakraw di negara kawasan Asia Tenggara semakin baik.

Sepaktakraw adalah suatu cabang olahraga yang dapat kita katakan gabungan dari beberapa cabang olahraga. Dimana dalam memainkannya menggunakan kaki, kepala serta anggota tubuh lainnya yang diperbolehkan dan sesuai dengan peraturan permainan sepaktakraw. Permainan sepaktakraw dapat dimainkan secara tim maupun regu yang dipisahkan oleh jaring atau net, tiap orang mempunyai posisinya masing-masing sesuai dengan tempat dimana atlet tersebut berdiri. Apit kiri adalah atlet yang berdiri disebelah kiri begitu juga dengan apit kanan. Sedangkan tekong berada ditengah atau diantara apit kiri dan apit kanan.

Dari setiap posisi pemain mereka mempunyai peran dan tugas masing-masing ketika sedang bermain. Tekong tugasnya untuk melakukan servis atau sepak mula bisa kita katakan sebagai tendangan awal pertandingan dan juga sebagai serangan pertama suatu regu atau tim dalam permainan. Apit kanan sebagai pengumpan dan apit kiri sebagai *smash*.

Dalam memainkan permainan sepaktakraw bola 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 ke arah lawan yang melakukan servis dengan

teknik smash sampai salah satu dari regu tadi tidak bisa mengembalikan bola.

Umpan merupakan salah satu teknik dalam permainan sepak takraw yang harus terus menerus dilatih mulai agar dapat menghasilkan teknik yang baik. Teknik umpan dapat dilatih mulai dari sikap awal, perkenaan kaki dengan bola, ayunan kaki serta posisi lanjutan. Ini dimaksud untuk mengurangi kesalahan sering terjadi dalam pelaksanaan teknik umpan itu sendiri. Kesalahan dalam melakukan umpan yaitu bola yang disepak lewat dari net, bola yang disepak mengenai tangan dan bola jauh dari net akan memberikan angka kepada lawan. Dengan berbagai model latihan pelatih dapat memaksimalkan kemampuan seorang umpan yang baik kepada *smash* untuk melakukan serangan pada suatu pertandingan, karena itu tim atau regu dituntut harus memiliki seorang umpan dengan teknik umpan yang bagus agar dapat memudahkan *smash* untuk menyerang dengan baik.

Untuk mendapatkan teknik umpan yang baik maka seorang pemain harus terus dilatih agar dapat menguasai teknik umpan yang benar mulai dari kaki tumpu, posisi kaki yang menyepak bola, posisi tangan, ayunan kaki dan badan sampai gerakan lanjutan.

Dengan penguasaan teknik yang benar maka atlet dapat melakukan teknik umpan yang efisien, serta terarah pada tempat-tempat yang menjadi titik dimana seorang *smash* inginkan sehingga melalui umpan ini suatu tim atau regu dapat menghasilkan poin. Umpan yang dilakukan dengan baik juga

memudahkan seorang *smash* untuk melakukan *smash* yang baik sehingga dapat membuat lawan kesulitan dalam serangan balik dengan baik.

Dalam olahraga permainan sepak takraw, terlihat perkembangan yang cukup baik hal ini ditandai dengan semakin banyaknya kejuaraan-kejuaraan baik ditingkat wilayah maupun di tingkat daerah. Hal ini tidak lepas dari sudah bertambah banyaknya kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw di sekolah-sekolah.

Pada kenyataannya banyak sekali atlet sepak takraw di Jakarta yang memiliki teknik umpan yang masih jauh di bawah atlet-atlet di daerah lain terutama Jawa Tengah dan Sulawesi Selatan. Hal tersebut bisa dilihat di kejuaraan nasional, dan begitu juga halnya di kalangan atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan yang nantinya akan menjadi atlet nasional maupun pelatih yang kurang akan kesadaran pentingnya teknik umpan. Untuk menciptakan atlet berprestasi, khususnya posisi umpan, pelatih harus memahami dengan baik faktor-faktor yang mendukungnya. Dengan memahami faktor-faktor pendukung prestasi dalam permainan sepak takraw dengan baik, diharapkan pelatih dapat mengembangkan potensi atlet sehingga terjadi peningkatan dalam hasil umpan permainan sepak takraw.

Agar dapat tetap berprestasi dalam cabang olahraga sepak takraw diperlukan berbagai macam model latihan di antaranya latihan umpan *passing* individu dan latihan umpan tembok. kedua model latihan umpan ini

akan menjadi suatu landasan teori untuk mengetahui sejauh mana dampak atau hasil dari model ini untuk memberikan kontribusi dalam mencapai kemudahan untuk melakukan keterampilan umpan yang baik dalam permainan sepak takraw.

Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin meneliti latihan umpan menggunakan dua model yaitu latihan umpan *passing* individu dan latihan umpan tembok, kemudian membandingkan mana yang lebih efektif antara latihan umpan *passing* individu dan latihan umpan tembok terhadap hasil umpan permainan sepak takraw pada atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat di identifikasikan beberapa masalah yaitu:

1. Bagaimanakah keberagaman model latihan para pelatih dalam latihan sepak takraw untuk meningkatkan hasil umpan permainan sepak takraw?
2. Bagaimanakah kreativitas pelatih dalam menggunakan prasarana latihan dalam meningkatkan hasil umpan permainan sepak takraw para atlet?
3. Bagaimanakah model latihan yang dilakukan oleh pelatih dalam meningkatkan kemampuan para atletnya dalam meningkatkan hasil umpan permainan sepak takraw?
4. Usaha-usaha apa saja yang dapat dilakukan oleh pelatih untuk meningkatkan hasil umpan permainan sepak takraw para atletnya?

5. Apakah ada peningkatan yang signifikan dalam penguasaan umpan tembok dan umpan *passing* individu?
6. Apakah teknik dasar dapat mempengaruhi pelaksanaan umpan?
7. Apakah kemampuan taktik pemain dapat mempengaruhi kemampuan teknik umpan dalam bermain?
8. Manakah yang lebih efektif dari kedua model latihan tersebut dalam menunjang kemampuan hasil umpan permainan sepak takraw?

C. Pembatasan Masalah

Agar tidak terjadi perluasan masalah dan salah interpretasi pada penelitian ini, maka dibatasi pada : “ Efektifitas Model Latihan Umpan Tembok dan Model Latihan Umpan *Passing* individu Terhadap Hasil Umpan Permainan Sepaktakraw Pada Atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan?

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dan pembatasan masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada peningkatan keterampilan umpan dengan model latihan umpan tembok terhadap hasil umpan permainan pada atlet Klub Sepaktakraw Metropolitan Jakarta Selatan?
2. Apakah ada peningkatan keterampilan umpan dengan model latihan

umpan *Passing* individu terhadap hasil umpan permainan pada atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan?

3. Mana yang lebih efektif antara model latihan umpan tembok dan umpan *Passing* individu terhadap hasil umpan permainan pada atlet Klub Metropolitan Jakarta Selatan?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui efektifitas model latihan umpan tembok dan latihan umpan *Passing* individu terhadap hasil umpan permainan sepak takraw atlet klub metropolitan Jakarta Selatan.
2. Sebagai sumbangan informasi bagi guru, pelatih, dosen dan pembimbing olahraga dalam meningkatkan hasil umpan cabang olahraga sepak takraw.
3. Sebagai bahan masukan bagi para peneliti, serta diterapkan untuk meningkatkan hasil umpan cabang olahraga sepak takraw.
4. Memberikan informasi yang bermanfaat bagi guru, pelatih, dosen, dan pembimbing olahraga sebagai bahan acuan dalam memberikan proses pembelajaran atau latihan sehingga tujuan latihan tercapai.
5. Diharapkan peneliti dapat memberi masukan yang berguna dan dapat diaplikasikan oleh para guru, pelatih, dan rekan-rekan para penggemar

olahraga permainan sepak takraw yang terlibat dalam usaha mengembangkan sepak takraw khususnya posisi umpan.