

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olaharaga merupakan suatu kegiatan menggerakkan tubuh dengan tujuan memelihara kesehatan dan/atau kebugaran tubuh. Olahraga sangat penting bagi tubuh untuk menunjang kebugaran tubuh. Dengan melakukan aktivitas fisik secara rutin, tubuh menjadi lebih sehat dan tetap bugar. Pada masa pandemik banyak orang yang melakukan aktivitas fisik untuk menjaga imun tubuh agar tidak mudah terjangkit penyakit. Olahraga juga memiliki aspek kejiwaan yang terdiri dari motivasi, sikap, mental, konsentrasi dan lain-lain.

Di masa pandemik banyak orang yang melakukan kegiatan atau aktivitas fisik untuk menjaga imun tubuh agar tidak mudah terjakit penyakit. Maka dari itu kegiatan fisik dalam bentuk apapun dapat dikatakan olahraga. Seperti halnya lari, setiap orang dapat melakukannya namun perlu diketahui juga lari juga menggunakan kooordinasi pada bagian tangan dan kaki begitupun menangkap dan melempar bola.

Olahraga yang mudah dilakukan hingga dilakukan dengan beberapa teknik khusus apapun dapat dilakukan dengan apapun alat yang digunakan dan kapanpun waktunya, seperti halnya olahraga *cricket* yang menggunakan teknik dasar sampai menggunakan teknik khusus untuk rangkaian gerakan yang dibutuhkan di dalam olahraga *cricket*.

Olahraga *cricket* didunia sudah dimainkan sejak akhir abad ke-16. *Cricket* berasal dari Inggris dan menjadi olahraga yang sering dimainkan di Negara tersebut pada abad ke-18. Pada abad ke-19 dan ke-20 olahraga *cricket* berkembang secara global. Pertandingan pertama yang dilakukan pada tahun 1877. Menurut Heiner Gillmeister, seorang ahli bahasa Eropa dari Universitas Bonn, “kriket” berasal dari frase Belanda Tengah untuk hoki, bertemu *de* (krik ket) *sen* (yaitu, “dengan tongkat mengejar”)

Pada abad ke-17 diyakini bahwa *cricket* sering dimainkan oleh anak-anak selama beberapa generasi. Biasanya para anak-anak ini bermain *cricket* di padang rumput sembari menggembala domba atau di tempat terbuka. Alat yang digunakan pada saat itu gumpalan wol yang sudah kusut dibuat bulat seperti bola, dahan pohon yang tebal sepemukulan kayu untuk tongkat kayu, dan pagar sebagai gawang.

Olahraga *cricket* ini sudah berada di Indonesia sejak tahun 1880-an. Pada jaman jajahan Belanda *cricket* pernah dimainkan di daerah Monumen Nasional. Pada tahun 1992, organisasi *cricket* Jakarta di bentuk yaitu, Jakarta *Cricket Association* (JCA) dan mulai diadakan pertandingan atau liga *cricket* yang di laksanakan di Bali. Indonesia bagian Timur terutama daerah Kupang, Nusa Tenggara Timur, *cricket* dimainkan dan dikembangkan. Pada tahun itu juga Indonesia dianggap atau diakui oleh *International Cricket Council* (ICC) sebagai negara yang baru mengenal *cricket* dikarenakan Indonesia merupakan negara *East-Asia Paific* (EAP) yang dimana EAP bagian dari ICC.

Olahraga *cricket* merupakan olahraga permainan tim yang termasuk dikenal dengan usia dini di Indonesia. Perkembangan olahraga saat ini sudah mengalami kemajuan yang signifikan, hal ini dibuktikan dengan diselenggarakannya kejuaraan bersifat Nasional bahkan mengikuti kejuaraan internasional. Kejuaraan Nasional yang telah terselenggara dengan secara rutin adalah Kejuaraan antar Perguruan Tinggi Nasional, Kejuaraan Nasional, Kejuaraan Terbuka, Pekan Olahraga Nasional dan ajang olahraga multi *event* seperti Sea Games dan Asian Games.

Olahraga *cricket* dimainkan oleh 11 orang dalam 1 tim. Olahraga permainan ini dilakukan di lapangan berbentuk oval. *Cricket* ini seperti kasti pada umumnya, permainan ini menggunakan alat seperti tongkat dan bola. *Cricket* memiliki lapangan di tengah yang disebut *pitch*. Pada permainan *cricket* memiliki beberapa teknik, yaitu *batting* (memukul), *fielding* (menangkap bola) dan *bowling* (melempar).

Batting atau memukul memiliki beberapa teknik berdasarkan pukulan yaitu *cover drive*, *straight drive*, *on drive*, *sweep shot*, *pull shot*, *cut shot*, *hook shot*, dan *leg lance shot*. Teknik yang berdasarkan posisi kaki yaitu *front foot* (kaki kedepan) dan *back foot* (kaki kebelakang). Seorang pemukul (*batsman*) memiliki tujuan mengumpulkan skor sebanyak-banyaknya dari berbagai variasi pukulan tersebut.

Teknik dasar *fielding* atau menjaga dan menangkap bola, ada beberapa jenis teknik menangkap bola yaitu *high catch*, *flat catch*, dan *under ground*. Setiap penjaga atau penangkap bola (*fielder*) harus fokus saat menjadi *fielder*,

karena tujuan sebagai *fielder* atau penjaga agar bola tidak keluar dari lapangan dan sebisa mungkin tidak memberikan tim lawan atau tim pemukul (*batsman*) kesempatan mendapatkan skor. Dalam teknik *fielding* juga dapat mematikan lawan dalam menangkap bola atau melempar kearah *stump*. Dalam mematikan lawan disebut dengan (*out*) dengan berbagai macam cara seperti *stumped*, *bowled*, *run out*, *leg before wicket*, dan *caught*.

Melempar bola atau *bowling* dilakukan mengarah kepada pemukul (*batsman*), *bowling* memiliki beberapa jenis lemparan yaitu *fast bowling* dan *spin bowling*. *Bowling spin* yang memiliki dua jenis yaitu *leg spin* dan *off spin*. Ada pun *Fast Bowling* adalah jenis lemparan bola lurus yang memiliki beberapa jenis lemparan seperti *slow bowling*, *medium bowling*, dan *fast bowling*. Pada teknik *bowling* ini dibutuhkan beberapa taktik dan strategi agar pemukul (tim lawan/*batsman*) tidak memiliki kesempatan untuk mendapatkan skor. Cara *bowler* menghentikan atau mematikan lawan/*batsman* yaitu bola yang dilemparkan mengenai *stump* (*stumped*) dan menempatkan pantulan bola dikelemahan *batsman* agar bola menuju tepat kepada *fielder* dan/atau bola *edge* ditangkap langsung *wicket keeper* (*caught*). Dalam melakukan teknik *bowling* yang betul juga taktik tidak kalah pentingnya dalam mengalahkan lawan dalam bermain *cricket*.

Teknik *bowling* merupakan teknik dasar pada olahraga *cricket*, dengan melakukan rangkaian gerakan yang baik akan menghasilkan *bowling* bagus, dengan strategi yang tepat dan menyulitkan para *batsman* untuk memukul. *Bowling* merupakan bagian penting bagi pemain yang dianggap juga terlebih

dahulu karena memiliki tujuan menghabiskan barisan batsman dan meminimalkan skor lawan. Strategi yang digunakan pada saat *bowling*, di mana *bowler* mengetahui kelemahan *batsman*. Para *bowler* harus mengetahui kelemahan *batsman* dengan menaruh pantulan bola di bagian-bagian yang sulit untuk dipukul. Namun tidak banyak para *bowler* juga memiliki kesalahan seperti penaruhan pantulan bola yang tidak konsisten atau bola yang mudah dipukul oleh *batsman*. Dari kelemahan *bowler* ini jg dapat mengacu pada kekalahan tim.

Klub Olahraga Prestasi (KOP) *cricket* UNJ dibentuk pada akhir tahun 2013. KOP *cricket* UNJ berkembang seiring berjalannya waktu, banyak dari mahasiswa KOP *cricket* UNJ melanjutkan prestasi mereka tidak hanya di antar mahasiswa namun ada beberapa yang sudah bergabung pada Pelatihan Daerah masing-masing. Banyak prestasi yang telah dicapai oleh KOP *cricket* UNJ pada kejuaraan yang di selenggarakan antar mahasiswa bahkan kejuaraan Nasional. Disetiap kejuaraan KOP *cricket* selalu memiliki prestasi pada kategori masing-masing seperti, *best batsman*, *best bowling*, atau menjadi *Most Valuable Player* (MVP). Dilihat dari berbagai prestasi yang dicapai, adapun latihan yang dilakukan KOP *cricket* UNJ dimulai dari teknik yang sangat mendasar dan melewati berbagai macam kegagalan atau kesalahan pada setiap latihan dan bahkan disetiap pertandingan selalu ada evaluasi termasuk pada bagian *bowling*.

Dari hasil pengamatan peneliti selama KOP *cricket* UNJ menjalani latihan dan beberapa pertandingan bahwa *bowling* yang dilakukan mahasiswa

KOP *cricket* UNJ sudah memiliki teknik *bowling* yang benar, namun belum memiliki konsistensi yang baik. Latihan *fast bowling* pada KOP *Cricket* UNJ selama ini yang diajarkan atau dilatih monoton hanya dengan satu model lemparan lurus langsung menuju target yaitu *stump*, sehingga para *bowler* hanya *bowling* dengan tujuan target *stump* saja tidak menaruh bola di tempat sasaran yang bagus bahkan tidak memikirkan kelemahan pukulan *batsman* agar bola yang dilempar tidak terpukul atau *batsman* tidak mendapatkan skor. Tidak hanya dengan target *stump* namun ada beberapa target pada *fast bowling* seperti pantulan yang di tempatkan pada bagian *good length* atau *yorker* yang biasanya para *batsman* sulit untuk memukul bola yang dipantulkan pada bagian itu.

Latihan *bowling* pada KOP *cricket* UNJ setelah diamati sudah sesuai dengan teknik dasar pada umumnya *fast bowling cricket*. Walaupun *bowling* dengan teknik dasar yang dilakukan para *bowler* sudah dengan benar, namun permasalahan yang sering terjadi *bowler* tidak dapat menjaga konsistensi pada *bowling*. Kondisi seperti ini dapat menjadi kelemahan tim *bowler* yang dapat dibaca *batsman* untuk dipukul dan tim lawan mendapat kesempatan untuk mendapatkan banyak skor.

Media yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan media cone, matras, jaring, gawang tali rafia, tiang *stump* modifikasi, dan *stump* modifikasi. 6 media ini ditempatkan pada bagian *good length* yang dimana pantulan bola ini sulit dipukul oleh *batsman*. Peneliti juga menggunakan media karpet berwarna dengan point-point berbeda sesuai dengan pantulan bola (*length*).

Maka dengan permasalahan di atas, peneliti mengajukan membuat beberapa *treatment fast bowling* berbasis media untuk mengupayakan peningkatan dalam keterampilan *fast bowling cricket* pada mahasiswa KOP *cricket* UNJ agar *bowler* mudah terbiasa mengontrol pantulan bola dengan tepat.

Pada *treatment* yang digunakan akan dilakukan dengan secara bersiklus atau berulang dengan media yang sama ditempatkan pada posisi pantulan yang sama. Peneliti juga melakukan konsultasi kepada para dosen ahli *cricket* dan ahli kepelatihan *cricket* pada penelitian ini.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti menetapkan fokus permasalahan sebagai berikut : *fast bowler* pada mahasiswa KOP *cricket* UNJ masih belum memiliki konsistensi dalam penempatan pantulan bola, sehingga perlu diadakannya latihan *fast bowling* dengan beberapa media untuk mengupayakan peningkatan keterampilan *fast bowling* pada mahasiswa KOP *cricket* UNJ.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah diuraikan diatas, dapat dirumuskan : Apakah latihan berbasis media dapat meningkatkan keterampilan *fast bowling* pada mahasiswa KOP *cricket* UNJ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Kegunaan penelitian latihan *fast bowling cricket* berbasis media dalam mengupayakan meningkatkan keterampilan pada mahasiswa KOP UNJ diharapkan memberikan manfaat untuk :

1. Hasil penelitian latihan *fast bowling cricket* berbasis media ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan latihan *fast bowling* yang dibutuhkan dalam olahraga *cricket*.
2. Latihan ini dapat meningkatkan keterampilan *fast bowling* pada KOP *Cricket* Universitas Negeri Jakarta.
3. Latihan *fast bowling cricket* berbasis media ini dapat dijadikan referensi studi pustaka bagi peneliti selanjutnya.
4. Memberikan pengetahuan tambahan tentang upaya meningkatkan keterampilan latihan *fast bowling* olahraga *cricket* kepada pembaca.
5. Hasil penelitian ini dapat menambahkan wawasan serta dapat dijadikan bahan acuan pada program latihan dan pembinaan olahraga *cricket* yang disesuaikan dengan pendekatan keilmuan.