

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia olahraga saat ini sangat berkembang dan banyak diminati oleh masyarakat. Tidak hanya sekedar untuk menjaga kesehatan tubuh, kini olahraga juga ditekuni untuk meraih prestasi. Beberapa olahraga yang populer memiliki banyak peminat dan prestasi baik dalam *event* nasional maupun internasional. Salah satunya adalah cabang olahraga sepaktakraw. Cabang olahraga sepaktakraw ini merupakan olahraga tradisional di Indonesia yang dikenal dengan nama “Sepak Raga”. Sepak raga sendiri memiliki unsur seni di dalamnya, karena memiliki variasi dan gerakan dalam memainkan bola. Selain itu, Sepak raga memiliki aturan dalam melakukan permainan. Seiring perkembangan waktu dan kemajuan dunia olahraga, permainan sepak raga atau yang sekarang lebih dikenal dengan sepaktakraw sudah memiliki aturan dalam bermain dan dipertandingkan dalam *event* olahraga nasional maupun internasional.

Perkembangan permainan sepaktakraw sangat pesat, hal ini dapat dilihat pada tahun 1983, seluruh daerah di Indonesia sudah memiliki Pengurus Daerah (Pengda) atau sekarang Pengurus Provinsi (Pengprov) dan Persatuan Sepaktakraw Indonesia (PSTI). Negara Asia Tenggara telah mengenal sepaktakraw ini sejak lama, sepaktakraw secara Internasional telah membentuk Induk organisasi tingkat asia sejak 1982, yang perkembangannya secara internasional, oleh karena itu sepaktakraw dipertandingkan dan menjadi kegiatan resmi pada PON, Sea Games,

dan Asian Games, sedangkan pada tingkatan Olympiade masih dalam tahap perjuangan untuk diadanya.

Pada saat ini permainan sepaktakraw tidak ada lagi yang dimainkan dengan bola yang terbuat dari rotan melainkan sudah memakai bola yang terbuat dari *fiber (synthetic fiber)*. Permainan sepaktakraw dilakukan oleh dua regu yang berhadapan dilapangan yang dipisah oleh jaring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri dari tiga orang atau tiga pemain yang bertugas sebagai tekong yang berdiri paling belakang, dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berdiri disebelah kiri dan sebelah kanan yang di sebut apit kiri dan apit kanan. Permainan sepaktakraw memiliki permainan khusus yaitu kaki memiliki peran utama dalam memainkan bola. Berbagai-bentuk latihan dilaksanakan mulai dari latihan dasar, latihan khusus, taktik dan mental dalam bertanding.

Dalam permainan sepaktakraw serangan umumnya dilakukan oleh penyemes tapi sering juga dikatakan *servis* adalah serangan pertama terhadap lawan, tujuan penyerangan ialah untuk menghasilkan poin. Setiap pemain memungkinkan untuk melakukan penyerangan, penyerangan yang berdasarkan analisa kelemahan lawan dan kemampuan pemain membaca karakter permainan lawan juga membantu dalam melakukan serangan. Hal ini akan lebih banyak menghasilkan kemungkinan keberhasilannya dari pada hanya melakukan smash keras dikarenakan setiap pemain pasti memiliki titik kelemahan, smash merupakan salah satu sepakan dalam permainan sepaktakraw sebagai upaya serangan kepada pihak lawan untuk menciptakan poin. Umumnya permainan

sepaktakraw poin diperoleh seorang penyemes akan tetapi tidak menutup kemungkinan semua pemain dan posisi bisa menciptakan peluang membuat poin.

Smesh adalah salah satu teknik permainan sepaktakraw. *Smesh* merupakan serangan terakhir yang banyak menghasilkan angka. Untuk dapat melakukan *smesh* yang baik seorang pemain diharapkan dapat menguasai teknik *smesh* dengan baik. Penguasaan *smesh* tersebut dapat dilatih dengan cara atau metode tertentu. Latihan yang sungguh-sungguh dilaksanakan dengan giat dan sesuai dengan program dapat meningkatkan prestasi olahraga. Latihan yang sungguh-sungguh dilaksanakan dengan giat yang dimaksud adalah latihan yang dilaksanakan secara rutin sesuai dengan program yang ditentukan. Sedangkan untuk latihan yang sesuai program adalah 5 latihan yang memberikan tujuan yang jelas, materinya sesuai dengan karakteristik olahraga yang dibina dan waktu yang tersedia diatur dengan tepat dan jelas serta mempunyai alternatif strategi latihan yang sesuai dengan bentuk kegiatan dan materi yang diberikan. Dalam permainan sepaktakraw menyepak adalah sangat penting, dapat dikatakan bahwa kemampuan menyepak merupakan ibu dari permainan sepaktakraw, karena bola terbanyak dimainkan dengan cara disepak menggunakan bagianbagian kaki mulai dari permulaan permainan sampai membuat angka atau point. Demikian juga dengan *smesh*, *smesh* dapat dilakukan dengan menggunakan kepala dan dapat dilakukan juga dengan punggung kaki. Tetapi sebagian besar pemain melakukan *smesh* dengan menggunakan punggung kaki, karena *smesh* yang dilakukan dengan menggunakan punggung kaki hasilnya akan lebih keras dibanding menggunakan kepala.

Melalui wawancara dan observasi peneliti kepada pelatih PPOP DKI Jakarta pada tanggal 5 November 2022, penulis memperoleh hasil kemampuan atlet PPOP DKI Jakarta masih banyak kelemahan pada teknik menyerang khususnya pada nomer *double event*, pemain sering kali tidak bisa memberi serangan yang sempurna kepada lawan dalam beberapa kejuaraan. Pelatih PPOP DKI Jakarta mengatakan kemenangan atau poin presentasi terbanyak didapat dari *servis* dan *smesh*. Maka untuk meminimalisir dari kehilangan point pada serangan akhir harus memiliki teknik menyerang yang benar baik dari serangan *servis* ataupun *smesh*. Menurut pelatih ada banyak faktor yang dapat menguasai teknik menyerang dengan baik, salah satunya adalah menguasai teknik menyerang dari *smesh* maupun *servis*. Dalam dunia olahraga banyak sekali bentuk latihan khususnya dalam meningkatkan teknik menyerang diantaranya dengan meningkatkan teknik *servis* dan *smesh*. Latihan ini memiliki tujuan untuk menciptakan hasil yang maksimal dan peningkatan kemampuan teknik menyerang khususnya pada nomer *double event*. Melihat hal ini peneliti tertarik untuk mengembangkan metode latihan teknik menyerang *double event* pada atlet PPOP putri sepaktakraw DKI Jakarta.

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian bermanfaat bagi pembatasan mengenai objek penelitian yang diangkat agar peneliti tidak terjebak pada banyaknya data yang di peroleh di lapangan. Penentuan fokus penelitian pada penelitian ini lebih diarahkan pada hasil latihan teknik menyerang *double event* pada atlet PPOP putri sepaktakraw DKI Jakarta.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah pengembangan model latihan teknik menyerang *double event* pada atlet *elite* putri Sepaktakraw DKI Jakarta?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi kepada para pelatih sepaktakraw dalam memberikan materi latihan, khususnya dalam keterampilan teknik menyerang sepaktakraw. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain:

- 1) Untuk meningkatkan keterampilan teknik menyerang pada nomer *double event*.
- 2) Memperluas pengetahuan dalam pengembangan model latihan khususnya materi latihan teknik menyerang sepaktakraw.
- 3) Memberikan suasana baru bagi atlet sepaktakraw dalam proses latihan, sehingga atlet tidak merasa jenuh ketika menjalani sesi latihan.
- 4) Sebagai saran dan masukan pelatih untuk memberikan materi latihan menyerang sepaktakraw yang bervariasi.
- 5) Mengoptimalkan proses latihan dan memberikan inspirasi untuk lebih kreatif dan inovatif dalam menggunakan model latihan.