

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak takraw merupakan perpaduan atau penggabungan tiga cabang olahraga permainan yaitu permainan sepakbola, bolavoli, dan bulutangkis. Pemahaman dasar bermain sepak takraw merupakan sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi panjang. Lapangan tersebut dibatasi dengan net yang ber-ada tepat melintang ditengah- tengah lapangan. Permainan ini dilakukan oleh dua regu atau kelompok dengan tujuan untuk memainkan bola takraw, untuk saling mengembalikan bola takraw tersebut. Regu yang dapat memasukkan bola ke regu lain dan tidak bisa me-ngembalikan bola tersebut maka regu yang memasukkan bola mendapatkan poin. Olahraga ini juga telah menjadi bagian dari budaya Melayu, Minangkabau dan beberapa daerah di Indonesia, maka hal ini memperkuat pendapat yang menyatakan bahwa sepak raga merupakan olahraga asli dari Indonesia.

Dengan berkembangnya cabang olahraga di tanah air, maka dirasakan perlu adanya wadah pembinaan yang lebih terarah terhadap pembinaan olahraga tradisional rakyat Indonesia. Olahraga ini juga telah menjadi bagian dari budaya Melayu, Minangkabau dan beberapa daerah di Indonesia, maka hal ini memperkuat pendapat yang menyatakan bahwa sepak raga merupakan olahraga asli dari Indonesia. Dengan berkembangnya cabang olahraga di tanah air, maka dirasakan perlu adanya wadah pembinaan yang lebih terarah kearah usaha

mengembalikan gerakan pembinaan olahraga tradisional rakyat Indonesia. Permainan sepak takraw pada umumnya menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali bagian tangan. Permainan diawali dengan servis yang berada pada lingkaran servis, selanjutnya seorang pemukul bertugas melakukan servis menggunakan kaki-nya, pemain ini dapat disebut dengan tekong. Servis dinyatakan berhasil dilakukan apabila melewati net, kemudian pihak lawan dapat mengembalikan bola tersebut maksimal tiga kali sentuhan baik seorang maupun rekan satu tim untuk mengembalikan bola tersebut disebrangkan di atas net agar jatuh di wilayah lapangan lawan. Permainan sepaktakraw mempunyai peraturan-peraturan tersendiri, sehingga akan membedakan permainan dengan olahraga yang lainnya.

Cabang olahraga sepak takraw adalah salah satu cabang olahraga yang berkembang pesat di Asia Tenggara yang dimana pertandingan Asean, Asia maupun tingkat Internasional atau kejuaraan antar Klub dunia. Indonesia sendiri mampu meraih posisi teratas diajang olahraga SEA GAMES 2023 Kamboja, olahraga ini pun sudah mulai dikenal oleh beberapa negara Eropa dan Amerika. Akibat perkembangan olahraga sepak takraw di mancanegara ini akan menimbulkan persaingan yang semakin ketat. Secara singkat sejarah sepak takraw, pada tahun 1965 dibentuk ASTAF (Asian Sepak Takraw Federatio) jika dibentuk ISTAF (Internasional Sepak Takraw Federation). Pada tahun 1981 PERSERASI (Persatuan Sepak Raga Seluru Indonesia) resmi diterima sebagai anggota KONI, kemudian berganti nama menjadi PERSETASI (Persatuan Sepak Takraw Seluruh Indonesia). Pada tahun 2005 sesuai hasil munas,

PERSETASI resmi berubah nama menjadi PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia). Melalui induk organisasi PB PSTI (Pengurus Besar Persatuan Sepak Takraw Indonesia) dan Pengda - pengda PSTI seluruh Indonesia atau yang dikenal sebagai Pengprov PSTI, cabang sepak takraw sudah mulai dikenalkan kepada masyarakat umum dan sudah mulai dipertandingkan. Dalam perkembangan sepak takraw di Indonesia, sudah banyak masyarakat yang mengenal jenis olahraga ini, maka olahraga ini sudah dapat dipertandingkan dalam event POMNAS (Pekan Olahraga Mahasiswa Nasional) dimana merupakan ajang olahraga yang diselenggarakan 2 tahun sekali. Olahraga sepak takraw mulai dipertandingkan sejak POMNAS tahun 2009 di Palembang sampai POMNAS XVIII tahun 2023 di Kalimantan Selatan yang akan datang. Beberapa daerah di Indonesia mengalami kemajuan yang sangat pesat dalam pembinaan prestasi.

Tim sepak takraw KOP Universitas Negeri Jakarta sudah banyak dikenal dan disegani oleh beberapa daerah di Indonesia karna mampu mengikuti ajang ajang yang diselenggarakan baik itu tingkat mahasiswa maupun kejurnas mahasiswa dan POMNAS dan setiap tahun membuat even olahraga sepak takraw se-Indonesia UNJ OPEN yang saat ini sudah sampai diseson 8. Pada kejuaraan POMNAS XIV Aceh 2015 hanya memperoleh 2 perunggu yaitu pada nomor Regu dan Double event, POMNAS SUL – SEL tahun 2017 tim sepak takraw Universitas Negeri Jakarta hanya memperoleh mendali 1 perunggu regu putrid an 1 perunggu regu putra. POMNAS JAKARTA meraih mendali perak double event dan meraih mendali perunggu di nomor regu, PON PAPUA dapat meraih mendali emas di

nomor tim double event putri dan putra mendapatkan medali perunggu di tim double event , meraih mendali emas di nomor double event DIES NATALIS JAKARTA ke-58, POMNAS Sumbar 2022 dapat meraih 1 emas quadran putri dan 1 perak dobel putri dan 1 perunggu regu putra, baik itu dalam kejuraan kejurnas maupun pomnas.

Servis dalam permainan sepak takraw servis adalah serangan pertama yang dalam permainan sepak takraw adalah suatu rangkaian teknik dasar yang sangat penting, untuk melakukan serangan awal ke daerah lawan. Karena dengan servis yang keras, tajam, dan terarah akan menghasilkan poin bagi regu yang melakukan servis. Upaya seorang pemain dengan menggunakan teknik tertentu bertujuan menyebrangkan bola ke daerah lawan. Faktor biomekanik juga berperan dalam olahraga ini, seperti mengetahui sudut dan untuk memperhitungkan sudut yang ideal pada saat melakukan ayunan kaki pada saat servis bawah dan perkenaan bola agar mendapatkan servis masuk ke daerah lawan. Selain itu tinggi badan dan panjang tungkai juga dapat mempengaruhi dekat jauhnya pada saat bola jatuh. Servis dalam sepak takraw merupakan salah satu teknik yang paling penting dan harus dikuasai oleh seorang pemain, karena dengan servis ini angka dapat diperoleh oleh regu yang bertanding dan dapat memenangkan suatu pertandingan dengan mudah. Melakukan servis melewati net dan masuk ke lapangan lawan merupakan salah satu tolok ukur keberhasilan dalam bermain sepak takraw. Ada beberapa cara melakukan servis, diantaranya adalah servis bawah, servis dengan telapak kaki, servis atas (dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki) yang perlu dipelajari dan dikuasai bila ingin

menjadi pemain sepak takraw.

Model latihan merupakan suatu program yang dibuat oleh pelatih secara terperinci sesuai dengan cabang olahraga yang dilatihkan, digunakan dalam melatih dan mengatur apa yang akan dilaksanakan oleh siswa guna untuk meningkatkan kemampuan atau keterampilan siswa baik dari segi fisik, teknik, dan taktik.

Melalui hasil observasi pada atlet Klub olahraga prestasi (KOP) penulis menemukan kendala atlet pada saat melakukan servis pada nomor *Inter regu*. Sehingga hasil yang diperoleh atlet pada saat melakukan servis kurang maksimal dan servis yang dihasilkan banyak yang tidak melewati net, dalam proses latihan atlet banyak mengalami kejenuhan, sehingga hasil servis yang dilakukan kurang maksimal.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis melakukan penelitian yang berjudul “MODEL LATIHAN SERVIS BEREGU DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW PADA ATLET Klub OLAHRAGA PRESTASI (KOP) UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditemukan maka fokus penelitian perlu dibatasi. Pada penelitian ini peneliti hanya akan memfokuskan untuk membuat model latihan servis regu pada permainan sepak takraw KOP Universitas Negeri Jakarta.

C. Rumusan Masalah

Berkaitan dengan model latihan yang akan dikembangkan pada penelitian ini, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah hasil model latihan servis regu dalam permainan sepaktakraw ?
2. Apakah model latihan servis regu dalam permainan sepaktakraw dapat meningkatkan hasil latihan pada atlet KOP Universitas Negeri Jakarta ?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, adapun kegunaan hasil penelitian ini adalah :

1. Sebagai masukan kepada pelatih KOP Universitas Negeri Jakarta pada cabang olahraga sepak takraw.
2. Menjadi bahan referensi bagi pelatih dalam model latihan servis regu dalam permainan sepaktakraw dan menyusun program latihan sesuai dengan kemampuan atlet yang dimiliki.
3. Memperbanyak model latihan tehnik servis regu pada permainan sepak takraw yang lebih bervariasi dan kreatif, sehingga menyenangkan bagi para pemain.
4. Meningkatkan pembinaan sepak takraw khususnya dikalangan mahasiswa