

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan manusia yang tidak terlepas dari kehidupan sehari-hari baik untuk kesehatan, rekreasi, pendidikan, prestasi, budaya, maupun mata pencaharian. Olahraga mulai digemari oleh semua lapisan masyarakat baik pria maupun wanita, dari anak-anak sampai dengan orang tua. Hal tersebut dikarenakan olahraga mempunyai andil besar dalam membentuk karakter individu. Dengan pembinaan di bidang olahragadapat menjadikannya salah satu faktor membangun bangsa ini, serta dengan adanya olahraga dapat memberikan kesempatan dan manfaat untuk sehat baik jasmani maupun rohani. Dari beragam jenis olahraga, sepaktakraw menjadi salah satu yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk meraih prestasi.

Olahraga ini juga telah menjadi bagian dari budaya masyarakat Melayu, Minangkabau dan beberapa daerah di Indonesia, memperkuat anggapan bahwa sepak raga adalah olahraga Indonesia. Seiring berkembangnya olahraga di tanah air, diperlukan wadah pelatihan yang lebih fokus pada upaya pemulihan gerak untuk mengembangkan olahraga tradisional Indonesia.

Sepaktakraw merupakan olahraga tradisional yang berasal dari bumi Indonesia. Seiring berjalannya waktu olahraga sepaktakraw semakin berkembang di tanah air karena telah dimainkan dari kaki ke kaki lalu semakin banyak orang yang mengetahui olahraga sepaktakraw ini, dengan banyak

dimainkan oleh masyarakat Indonesia terutama yang tinggal di daerah pesisir pantai seperti Kepulauan Riau, Sumatra bagian barat dan Makassar. Olahraga ini disebut dengan sepak raga oleh masyarakat kota Makassar dan banyak dimainkan oleh para nelayan sebagai pengisi waktu luang sebelum mereka melaut.

Sepaktakraw saat ini sangat populer di kalangan masyarakat setelah melihat siaran langsung di televisi pada saat pagelaran *Asian Games* pada tahun 2018 di Jakarta-Palembang dengan meraih medali emas, sehingga baik di kota, di desa, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki dan perempuan mengetahui sepaktakraw. Olahraga ini pada awalnya hanya sebagai hiburan, mencari keringat, dan juga rekreasi, namun setelah mendalami dan mencoba mengadakan pertandingan pada cabang olahraga sepaktakraw, maka selain ketiga tujuan yang telah disebut. Sepak takraw menjadi sarana peningkatan prestasi dan mampu mengharumkan nama setiap individu, klub, daerah, bahkan nama bangsa Indonesia di kejuaraan-kejuaraan tingkat daerah, nasional, sampai dengan internasional.

Olahraga sepaktakraw merupakan olahraga tradisional yang berkembang menjadi salah satu olahraga permainan untuk meraih prestasi. Esensi dari permainan sepaktakraw ialah menyepak sebuah bola *synthetic fiber* agar tidak jatuh di area permainan sendiri (Hakim, 2007). Tujuan permainan ini adalah menyepak bola menyebrangi net menggunakan berbagai teknik sepakan sampai bola jatuh di area permainan lawan atau lawan bermain tidak bisa mengembalikan bola (Hanif A. S., 2015).

Penerimaan bola pertama 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 (Basyiruddin, 2014). Sedangkan menurut (Purwanto, 2022) penerimaan bola pertama merupakan salah satu bentuk teknik dalam upaya mempertahankan daerah dari serangan servis lawan, dan sekaligus merupakan salah satu awal dimulainya serangan balasan. Latihan menerima bola pertama atau penerimaan bola pertama 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 pelajar pada saat pembinaan atlet di Klub adalah kunci utama pelatih dalam membentuk teknik dasar atlet maupun teknik lanjutan, Para pelatih harus cermat dalam memberikan materi teknik pada atletnya, karena apabila 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 penerimaan bola pertama, regu lawan akan semakin cepat memenangkan pertandingan dan pertandingan akan berjalan cepat dan membosankan.

Tim Putra Sepaktakraw Cendrawasih Jakarta Barat saat berlaga di POPPROV (Pekan Olahraga Pelajar Provinsi) 2024 menemukan kesalahan pada saat menerima bola pertama atau penerimaan bola pertama. Kesalahan

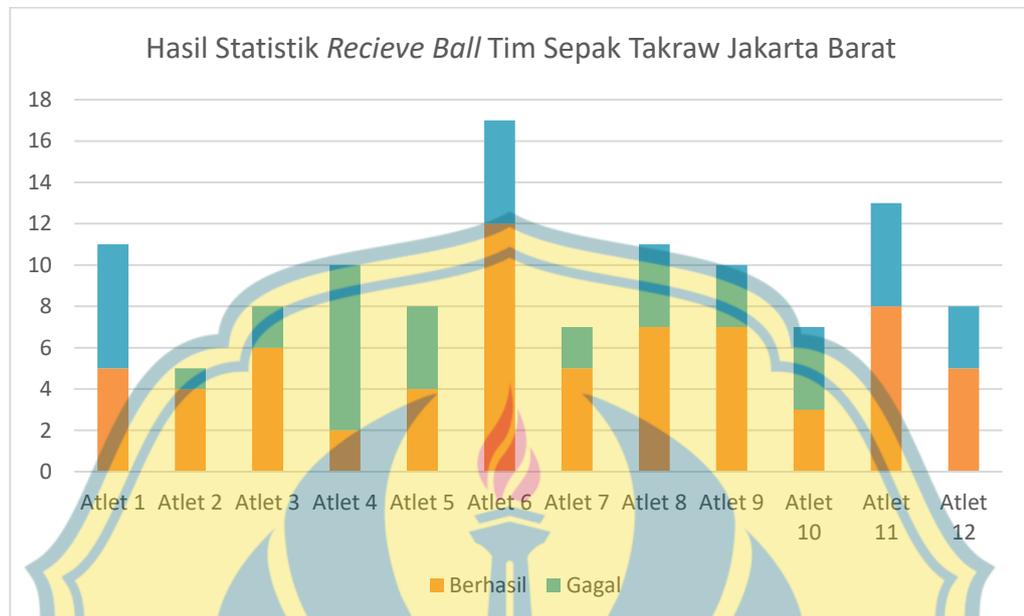
yang sering terjadi saat menerima bola pertama adalah atlet lengah ketika menerima bola didekat net dan tidak siap ketika menerima servis yang keras dari lawan. Ketika atlet gagal dalam penerimaan bola pertama atau bola terlalu liar untuk di kontrol otomatis pengumpan tidak dapat melakukan umpan yang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

Kemampuan penerimaan bola pertama atlet putra sepak takraw Jakarta Barat belum menunjukkan performa *receive* yang baik, kemampuan tersebut didukung oleh pengamatan peneliti pada kejuaraan POPPROV DKI Jakarta 2024, analisis *receive* dapat dilihat pada table berikut.

**Tabel 1.** Analisis Penerimaan Bola Pertama pada Kejuaraan POPPROV DKI Jakarta 2024

No	Nama Atlet	Penerimaan bola pertama (First Ball, Receive)	Performance Atlet	Performance Tim
		Berhasil/Total		
1	Atlet 1	5/11	45%	51%
2	Atlet 2	4/5	80%	
3	Atlet 3	6/8	75%	
4	Atlet 4	2/10	20%	
5	Atlet 5	4/8	50%	
6	Atlet 6	12/17	71%	
7	Atlet 7	5/7	71%	
8	Atlet 8	7/11	64%	
9	Atlet 9	7/10	70%	
10	Atlet 10	3/7	43%	
11	Atlet 11	8/13	62%	
12	Atlet 12	5/8	63%	

**Gambar 1.** Diagram Batang Analisis Penerimaan Bola Pertama Atlet Sepak Takraw Jakarta



Berdasarkan diagram batang di atas diketahui bahwa tingkat keberhasilan *receive* pada atlet lebih kecil dibanding kegagalan *receive* pada pertandingan. Nilai rata-rata performa tim dalam menerima bola pertama adalah 51% menunjukkan performa belum optimal dalam mempertahankan bola dari serangan lawan.

Hasil diatas juga diperkuat oleh peneliti memberikan tes penerimaan bola pertama kepada 14 atlet putra Klub Cendrawasih Jakarta Barat usia 15-18 tahun untuk mengukur tingkat keterampilan menerima bola pertama. Tes yang diberikan berupa tes penerimaan bola pertama dengan 15 kali kesempatan. Berikut adalah hasil keterampilan penerimaan bola pertama atlet putra Cendrawasih Jakarta Barat usia 15-18 tahun.

**Tabel 2.** Data Hasil Tes Keterampilan Penerimaan Bola Pertama Atlet Putra Klub Jakarta Barat

Responden	Recieve Ball	%
0	Baik Sekali	0,0%
0	Baik	0,0%
6	Cukup	40,0%
7	Kurang	46,7%
1	Kurang Sekali	6,7%

**Gambar 2.** Diagram Pie Data Hasil Tes Penerimaan Bola Pertama Atlet Klub Cendrawasih Jakarta Barat



Model latihan penerimaan bola pertama dalam permainan sepak takraw 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 penerimaan bola pertama ketika pertandingan, oleh karena itu seluruh atlet harus memiliki kemampuan menerima bola pertama yang baik, karena jika salah satu atlet kurang baik dalam penerimaan bola pertama, itu akan menjadi titik lemah dan menjadi sasaran utama oleh lawan untuk mendapatkan poin. Dengan penguasaan teknik dasar yang benar serta kemampuan penerimaan bola pertama atlet yang baik dapat mempermudah seorang pengumpan untuk

mengatur strategi dan melakukan variasi umpan sehingga *Smesh* tidak mudah di blok oleh lawan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebutuhan penerimaan bola pertama atlet pada Klub Cendrawasih serta meningkatkan keterampilan penerimaan bola pertama dalam permainan sepak takraw pada atlet Klub Cendrawasih.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin mencoba meneliti latihan penerimaan bola pertama dengan menggunakan model latihan, yaitu latihan penerimaan bola pertama dengan menggunakan lemparan langsung dan dengan pantulan tembok dari lemparan terhadap kemampuan penerimaan bola pertama pada atlet putra Klub Cendrawasih Jakarta Barat.

#### **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan maka fokus penelitian perlu dibatasi. Pada penelitian ini peneliti hanya akan memfokuskan latihan manakah yang lebih efektif antara dengan lemparan langsung dengan pantulan dari tembok terhadap kemampuan penerimaan bola pertama atlet putra Klub Cendrawasih Jakarta Barat.

#### **C. Perumusan Masalah**

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

1. Apakah terdapat peningkatan keterampilan penerimaan bola pertama dengan latihan lemparan langsung terhadap kemampuan penerimaan bola pertama atlet putra Klub Cendrawasih Jakarta Barat?

2. Apakah terdapat peningkatan keterampilan penerimaan bola pertama dengan latihan pantulan dari tembok terhadap kemampuan penerimaan bola pertama atlet putra Klub Cendrawasih Jakarta Barat?
3. Latihan manakah yang lebih efektif antara dengan lemparan langsung dengan pantulan dari tembok terhadap kemampuan penerimaan bola pertama atlet putra Klub Cendrawasih Jakarta Barat?

#### **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

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

1. Sebagai masukan kepada pelatih Klub Cendrawasih cabang olahraga sepak takraw.
2. Menjadi bahan referensi bagi para pelatih dalam model latihan penerimaan bola pertama pada permainan sepak takraw dan menyusun program latihan sesuai dengan kemampuan atlet yang dimiliki.
3. Memberikan Pengetahuan kepada para atlet dan mahasiswa yang menekuni olahraga sepak takraw.
4. Memberikan masukan kepada pelatih dan pembina cabang olahraga dalam mengembangkan model latihan dalam cabang.
5. Memperbanyak model latihan tehnik penerimaan bola pertama pada permainan sepak takraw yang lebih bervariasi dan kreatif, sehingga menyenangkan bagi para pemain.
6. Meningkatkan pembinaan sepak takraw khususnya di kalangan atlet tingkat wilayah.