

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mendapatkan prestasi yang setinggi-tingginya diperlukan yang namanya usaha dan kerja keras yang latihannya sudah terencana dan terukur yang sesuai dengan cabang olahraga yang didalami.

Olahraga merupakan sebuah aktivitas fisik yang mana tujuan berolahraga adalah mencapai prestasi setinggi-tingginya dengan semaksimal mungkin bagi mereka baik yang dia dalam individu maupun tim. Untuk mendapatkan prestasi dalam bidang olahraga yang digeluti diharapkan mendapat ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan melalui pembinaan usia dini baik dari kemampuan teknik taktik dan strategi serta melalui pendekatan ilmiah.

Hockey adalah salah satu olahraga tim yang mana olahraga ini dimainkan oleh dua regu yang dimainkan dilapangan persegi panjang dimana setiap pemain memegang stick agar dapat memainkan bola. Adapun tujuan dari permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan bola sekalipun.

Saat ini permainan *hockey* sudah menyebar luas di Indonesia dan mengalami perkembangan yang sangat baik dan kemajuannya terbukti dari banyaknya kalangan mahasiswa (perguruan tinggi) dan pelajar (sekolah) yang menggeluti cabang ini. Di Indonesia telah diadakan banyak kejuaraan *hockey*

Nasional tingkat mahasiswa antar perguruan tinggi se-Indonesia yaitu nomor *hockey* lapangan (*outdoor*) dan *hockey* ruangan (*indoor*).

Kemajuan dan perkembangan *hockey* yang terjadi saat ini sangatlah baik, untuk itu diharapkan agar masyarakat *hockey* memberikan kontribusi dalam pengembangan, penciptaan temuan-temuan baru yang berupa bentuk-bentuk latihan yang lebih baik untuk kedepannya meliputi aspek fisik, teknik, dan taktik/strategi serta mental. Sehingga setiap masalah yang akan dihadapi dapat diatasi dengan terus membenahi diri, dengan cara mengembangkan, mengevaluasi dan memperbaiki dari segala sektor pendukung serta terus mencari metode dan teknik yang lebih efektif dan efisien agar dapat menghasilkan atlet yang prestasinya lebih baik dan akhirnya memperoleh tim yang lebih berprestasi.

Permainan *hockey* pada dasarnya ialah upaya untuk menguasai bola, merebut bola dan menghindari lawan dalam penguasaan bola. Apabila teknik dasar telah dikuasai, maka bola akan lebih lama dalam penguasaan. Dengan begitu para pemain akan lebih mudah untuk menguasai jalannya pertandingan dan memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan.

Mempelajari teknik dasar agar dapat memainkan bola dan menyadari akan pergerakan bola akan dapat dikuasai dengan melakukan latihan secara terencana, teratur dan berkesinambungan dengan berulang-ulang.

Elizabeth anders (1951 : 37) : *push passing : Mastery of the push technique, which is primarily used give accuracy, quicker release time when needed, and complete control over the pace of the ball. A good push passer can predict when and where the ball will stop rolling.*

Dari pernyataan diatas dapat diartikan: Penguasaan teknik *push* (mendorong bola) akan menghasilkan akurasi jika pelaksanaannya dengan waktu

yang tepat dan mengatur jarak dengan bola. Seorang pendorong bola yang baik itu adalah ia mampu memprediksi maupun memperkirakan kapan dan dimana bola tersebut berhenti bergulir.

John Cadman (1934 : 11) : *the push is the methods of passing used to pass the ball mainly over short distances.*

John Cadman meenyebutkan bahwa *push* adalah metode *passing* dengan cara mendorong bola yang digunakan untuk mengoper bola kepada teman dengan jarak yang jauh maupun dekat.

Dari ungkapan diatas dapat disimpulkan bahwa mendorong bola dengan *push* sangatlah penting dalam permainan *hockey*, mendorong bola dengan *push* dapat mengatur jalannya permainan dan menciptakan ruang dalam permainan *hockey*. *push Pass* adalah teknik dasar untuk dapat mengoper bola dengan teman, bergerak mengoper bola jarak dekat atau jarak jauh dan saat berada dalam daerah sempit serta untuk dapat mengoper bola dengan baik.

Dapat disimpulkan bahwa *push* (mendorong bola) adalah pilihan terbaik ketika sedang berada dalam situasi permainan yang ketat, dikarenakan *stick* tidak perlu jauh dari bola, yang mana itu adalah momen yang tepat untuk melakukan eksekusi *push* (mendorong bola).

Pengalaman peneliti dalam mengikuti beberapa kali pertandingan yang diikuti selama ini dapat disimpulkan bahwa, beberapa latihan teknik selain teknik *push* sudah dilaksanakan cukup baik, hanya saja dalam melakukan dan melatih teknik *push* masih kurang dari segi variasi maupun latihan teknik *push*. Sehingga terlihat dalam situasi permaian lawan sudah dapat memahami dan sudah

memprediksi cara kita untuk mengoper dengan mendorong bola tersebut karena sudah dilakukan berulang-ulang tanpa teknik yang bervariasi.

Berdasarkan pengamatan diatas, maka peneliti melakukan pendekatan analisis SWOT terhadap variasi latihan *push* yang lama. (S= Strength) yang menjadi kekuatan adalah pelaksanaan teknik dasar *push* untuk pemula, dari level tingkat kesulitan teknik dasar cenderung mudah dan simpel. (W= Weaknesses) yang menjadi kelemahan/kekurangan ialah teknik masih terlalu mudah untuk diterapkan dalam permainan, membutuhkan waktu yang lama untuk mendorong bola (*passing*) dalam permainan karena kuda-kuda sudah terpatok, posisinya sudah kaku sehingga membutuhkan ruang gerak (*space*) yang luas, dan dari sasaran masih cenderung tertuju ke satu arah. (O= Opportunity) merupakan peluang dalam hal ini yaitu pemula menguasai teknik dasar *push* yang baik dan benar, dan dari segi akurasi sasaran dorongan bola hasilnya baik dan tepat dikarenakan posisi untuk *push* sudah siap. (T= Threat) yang menjadi tantangan dalam hal ini adalah dalam pelaksanaan dalam permainan teknik masih mudah diprediksi dan di ketahui lawan, sehingga tempo untuk mendorong bola terhadap teman menjadi tidak tercapai. Oleh karena itu maka atlet tidak bisa melakukan *push* dalam ruang yang sempit.

Dari pengalaman tersebut peneliti melakukan pengamatan pada beberapa pertandingan hockey, dari pengamatan tersebut peneliti menyimpulkan bahwa teknik *push* yang dilakukan atlet cenderung monoton itu-itu saja sementara tidak mempergunakan latihan *push* yang sudah di latih yang seharusnya mampu untuk mengoptimalkan jalannya permainan tersebut. Di samping itu prinsip ataupun

budaya permainan atlet *hockey* sumatera utara yang mendarah daging sampai saat ini ialah mengandalkan kemampuan fisik, sehingga terlihat saat dalam permainan cenderung menggunakan kekuatan otot yaitu dengan memukul bola (*hit*) sekeras-kerasnya tanpa merencanakan kearah mana bola akan dipukul, dengan keadaan tersebut maka kerjasama yang baik tidak terbentuk dalam permainan. Sehingga budaya memukul tersebut nyatanya tidak memberikan manfaat positif dalam permainan karena pola permainan tidak tercipta dan berjalan dengan baik, penguasaan bola tidak maksimal, dan penyerangan ke daerah pertahanan lawan menjadi sia-sia dan menguras energi yang tidak ada manfaatnya.

Ketika dalam sesi latihan atlet yang berlatih dilapangan *hockey* Universitas Negeri Medan, latihan yang dilakukan sudah cukup baik terbukti dengan konsep jadwal dan latihan latihan dengan secara berulang-ulang sesuai dengan program yang telah ditetapkan, akan tetapi dari segi latihan teknik *Push* (mendorong bola) masih terlihat kurangnya variasi latihan teknik yang dilaksanakan oleh atlet yang berlatih. Padahal teknik *push* memiliki banyak keunggulan apabila dilakukan dengan mengembangkan variasinya yakni dengan melakukan *push* (mendorong bola) tidak memerlukan ruang yang luas, waktu eksekusinya singkat, akurasi yang maksimal, tidak menciderai lawan, dan juga mampu mendorong bola ke segala arah dengan kaki manapun sebagai tumpuan serta dalam permainan, metode variasi teknik *push* juga dapat membuat lawan menjadi terkecoh kearah mana dan kapan kita akan melakukan *push* (mendorong bola).

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih, peneliti mendapatkan informasi bahwa latihan *variasi* teknik *push* belum menjadi fokus latihan dan

hanya sedikit bentuk latihan *push* yang dilaksanakan dalam sesi latihan, sementara pada sesi latihan khusus (mandiri) pelatih mengharapkan para atlet mampu melatih teknik atau keterampilan yang tidak dilaksanakan dalam sesi latihan, tetapi terbukti di lapangan pada saat latihan mandiri atlet lebih senang melakukan budaya yang masih melekat dalam dirinya yaitu dengan latihan *shooting* dengan (*hit*) memukul bola dengan sekuat tenaga dibandingkan latihan teknik *push* (mendorong bola) yang seyogyanya cenderung terdapat permainan teknik yang halus, sehingga budaya tersebut terbawa dalam permainan dan pertandingan yang cenderung bermain dengan mengandalkan kemampuan fisik dan otot dalam bermain, memukul bola dengan keras sehingga energi terkuras habis sehingga tidak maksimal dalam membentuk pola permainan dan kerjasama tidak terbangun. Budaya inilah yang ingin diperubahi secara perlahan melalui prinsip permainan dari daerah Jawa yakni permainan halus yang menyeimbangkan kemampuan fisik dan nalar atlet dalam bermain.

Dari ungkapan-ungkapan di atas maka peneliti melakukan analisis kebutuhan yang terdapat dalam tabel dibawah ini.

Tabel 1.1 hasil analisis kebutuhan

| No | Pertanyaan | Persentase | |
|----|--|------------|------|
| | | A | B |
| 1 | Apakah dengan menguasai variasi latihan teknik <i>push</i> menurut anda dapat mendukung tercapainya prestasi yang lebih tinggi dalam permainan <i>hockey</i> ? | 100% | - |
| 2 | Apakah anda merasa ada kesulitan dalam melakukan variasi latihan teknik <i>push</i> ? | 76 % | 24 % |
| 3 | Apakah anda ingin menguasai variasi latihan teknik <i>push</i> yang bervariasi dengan baik? | 100 % | - |

| | | | |
|---|--|-------|---|
| 4 | Apakah menurut anda pengembangan <i>variasi</i> latihan teknik <i>push</i> itu diperlukan? | 100 % | - |
|---|--|-------|---|

Tabel pertanyaan analisis kebutuhan

Setelah penulis melakukan dan menyebarkan angket analisis kebutuhan kepada atlet hockey yang masih aktif berlatih berjumlah 30 orang, didapatkan persentase bahwa 100% atlet memahami penguasaan variasi teknik *push* akan sangat mendukung pencapaian prestasi yang tinggi, 76% yang menyatakan kesulitan dalam berlatih untuk menguasai variasi latihan teknik *push*. 100% atlet menginginkan untuk dapat menguasai variasi latihan teknik *push* yang baik. Dan 100% atlet menyatakan perlunya variasi latihan teknik *push* untuk dimasukkan dalam program latihan.

Hasil pertanyaan berdasarkan angket analisis kebutuhan diatas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dikembangkan variasi latihan teknik *push* (mendorong bola), dan perlu terlebih dahulu dipersiapkan kebenaran teknik *push* yang baik dan benar, sehingga lambat laun budaya memukul atau mengandalkan kemampuan fisik supaya beralih menjadi budaya dengan cara permainan yang halus yaitu dengan mengandalkan strategi permainan dorongan bola antara setiap pemain, meningkatkan pola permainan yang baik yang nantinya diharapkan dapat menjadi solusi dan pemecahan masalah untuk meningkatkan kemampuan *push* (mendorong bola) sehingga diharapkan dapat mempertinggi keterampilan bermain terutama meningkatkan prestasi atlet *hockey*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas maka masalah perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan penelitian ini dan dikemukakan pada beberapa bentuk pertanyaan :

Bagaimanakah pengembangan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* tahun 2016 ? Apakah pengembangan variasi latihan teknik *push* diperlukan dalam permainan *hockey* ? Seberapa penting pengembangan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* ? Apa sajakah faktor yang mempengaruhi pengembangan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* ? Seberapa pentingkah pengembangan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* tahun 2016 ? Apakah manfaat pengembangan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dituliskan diatas, maka penulis membuat batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas maupun interpretasi yang berbeda, maka penulis membatasi masalah sebagai berikut : Mengembangkan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* tahun 2016.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut:
Bagaimanakah pengembangan variasi latihan teknik *push* yang dibutuhkan dalam

permainan *hockey* tahun 2016 yang baik dan dapat meningkatkan prestasi kedepannya?, apa sajakah variasi latihan teknik *push* yang perlu untuk dikembangkan ?

E. Spesifikasi Produk

Produk yang diharapkan dalam penelitian pengembangan ini berusaha untuk membuat variasi latihan teknik *push* baru yang efektif dan efisien, sehingga diharapkan dapat menjadi daya tarik dan untuk perkembangan dan peningkatan prestasi atlet *hockey*.

Produk yang dihasilkan diharapkan dapat menambah maupun meningkatkan kemampuan variasi dalam melakukan latihan teknik untuk keterampilan *push* dan diharapkan dapat mempertinggi prestasi atlet *hockey*.

F. Tujuan Penelitian

Adapun yang akan menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengembangkan variasi latihan teknik *push* dalam permainan *hockey* tahun 2016 .

G. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

1. Sebagai penambah wawasan dan pengetahuan.
2. Memberikan saran dan masukan kepada pelatih untuk memberbudayakan variasi latihan dalam sesi latihan.
3. Sebagai masukan kepada atlet yang berlatih.
4. Sebagai bahan masukan kepada calon-calon peneliti berikutnya khususnya bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan.