

BAB I PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Olahraga memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia. Di era modern saat ini, aktivitas olahraga sudah menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, baik sebagai upaya meningkatkan prestasi maupun untuk menjaga kebugaran tubuh agar tetap sehat. Salah satu cabang olahraga yang diminati masyarakat adalah sepak takraw, karena dapat dimainkan oleh berbagai kalangan, baik laki-laki maupun perempuan. Melalui kegiatan olahraga, seseorang dapat membentuk kesehatan jasmani dan rohani, menumbuhkan disiplin, serta pada akhirnya menciptakan pribadi yang berkualitas. Dalam upaya membangun generasi muda yang mampu menjadi penerus bangsa, pembinaan melalui kegiatan olahraga telah lama dianggap sebagai sarana yang efektif dan bermanfaat. Hal ini sejalan dengan tujuan pembangunan manusia Indonesia yang mengarah pada terciptanya individu yang sehat baik secara fisik maupun mental.

Sepak takraw merupakan permainan tradisional yang telah berkembang pesat dan dikenal luas di Indonesia. Keunikan olahraga ini terletak pada sarana dan prasarana yang sederhana dan terjangkau. Olahraga ini juga mengandung unsur akrobatik yang menarik, sehingga dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat. Pemain akan merasa bangga jika bisa menunjukkan keterampilan dalam memainkan bola, sementara penonton akan terhibur dengan berbagai atraksi yang ditampilkan. Namun, meskipun menarik, sepak takraw belum sepopuler sepak bola atau voli jika dilihat dari jumlah penggemarnya (Ramadhan & Bulqini, 2018).

Dalam permainan sepak takraw, terdapat banyak teknik dasar yang perlu dikuasai oleh pemain, antara lain sepak sila, sepak cungkil, memaha, *heading*, tekong (*service*), *smash*, dan *block*. Dari berbagai teknik dasar tersebut, beberapa teknik perlu diperhatikan khusus, yaitu teknik bertahan dan menyerang. Teknik bertahan mencakup sepak sila yang tepat dan *block*. Seorang pemain sepak takraw harus memiliki kemampuan sepak sila yang baik agar dapat melaksanakan teknik bertahan maupun menyerang dengan efektif, karena gerakan sepak sila merupakan salah satu gerakan yang sangat dominan dalam permainan ini.

Passing di dinding datar adalah metode latihan bertahan yang dilakukan dengan memantulkan bola ke dinding dan mengembalikannya. Melalui latihan ini, pemain dapat mengatur ritme permainan *passing* mereka. Metode *passing* dengan dinding lebih fokus pada penguasaan bola, dan jika seorang pemain dapat menguasai teknik ini dengan baik, pertahanan (*receive*) mereka akan menjadi lebih solid, sehingga meningkatkan peluang untuk memenangkan permainan (Hanafi, 2020:52).

Dalam permainan sepak takraw, keterampilan mengendalikan dan mengoper bola secara akurat merupakan kemampuan dasar yang sangat penting. Salah satu cara latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan ini adalah dengan melakukan *passing* terhadap dinding. Namun, variasi latihan menggunakan dinding yang tidak datar memberikan tantangan tambahan yang bermanfaat bagi pengembangan teknik dan refleks pemain. Dinding yang tidak rata menghasilkan pantulan bola yang tidak terduga, sehingga menuntut pemain untuk lebih responsif, adaptif, dan memiliki kontrol bola yang baik. Latihan ini tidak hanya meningkatkan kemampuan *passing*, tetapi juga melatih fokus, ketepatan gerak,

serta kemampuan membaca arah bola dalam kondisi yang tidak ideal. Oleh karena itu, *passing* ke dinding yang tidak datar menjadi salah satu metode latihan alternatif yang inovatif dan bermanfaat untuk meningkatkan kualitas permainan atlet sepak takraw, baik dari segi teknik individu maupun ketajaman strategi saat menghadapi situasi dinamis di lapangan.

Teknik bertahan dalam sepak takraw memegang peranan penting, karena menerima servis (*receive*) merupakan salah satu cara untuk melindungi wilayah lapangan dari serangan lawan sekaligus menjadi langkah awal dalam melakukan serangan balik (Purwanto, 2022;52). Oleh sebab itu, teknik bertahan harus dilatih dengan baik agar dapat meraih kemenangan dalam pertandingan. Penguasaan teknik bertahan dimulai dari penguasaan dasar-dasar sepak takraw, seperti sepak sila, sepak kura, memaha, dan menyundul bola. Setelah dasar-dasar tersebut dikuasai, pemain dapat meningkatkan kemampuannya dalam melakukan *passing* menggunakan teknik-teknik dasar tersebut. Salah satu metode *passing* yang efektif adalah *passing* terhadap dinding.

Receive (bertahan) digunakan sebagai serangan balik yang dilakukan oleh suatu tim, sehingga tim yang menerima service diharapkan dapat menerima dan mengendalikan bola dengan baik, jika tidak memiliki keterampilan yang cukup pasti lawan dapat mencetak poin. Ketidakmampuan untuk mendapatkan atau menerima bola dari tim lawan yang melakukan serangan/service maka tim tersebut tidak dapat melakukan serangan balik. Alasan mengapa peluang sedikit untuk melakukan serangan balik adalah karena kadang- kadang bola tidak dapat dijangkau, bola yang diterima tidak dapat dikuasai karena tidak fokus terhadap arah datangnya bola kurang bagus sehingga pantulannya kurang baik,

mengangkatnya tidak baik, *service* yang dilakukan tajam, padat, flash mengakibatkan sulit untuk menjangkau bola, maka untuk menciptakan serangan balik tidaklah ideal. Oleh karena itu, permainannya tidak menarik. Keuntungan bertahan dengan baik menjadi senjata untuk melakukan serangan balik.

Salah satu faktor yang diduga menjadi penyebab belum optimalnya kemampuan pertahanan atlet adalah kurang efektifnya metode latihan yang digunakan, khususnya dalam penguasaan teknik *passing* yang berperan penting dalam pertahanan. Sebagian atlet menjalani latihan *passing* secara berpasangan yang menitik beratkan pada kerja sama dan pertukaran bola langsung, sementara yang lain menggunakan latihan *passing* dengan bantuan dinding yang lebih menekankan pada keterampilan individu dan pengendalian bola. Namun, hingga saat ini belum diketahui secara pasti metode latihan mana yang lebih efisien dalam meningkatkan kemampuan bertahan atlet.

Kondisi ini menimbulkan suatu persoalan, yaitu adanya perbedaan dalam hasil kemampuan pertahanan yang diduga dipengaruhi oleh perbedaan metode latihan *passing* tersebut. Minimnya kajian atau penelitian yang secara langsung membandingkan efektivitas kedua metode latihan tersebut menjadi hambatan dalam menentukan strategi pelatihan yang paling tepat dan berdampak signifikan terhadap peningkatan performa atlet. Hal ini disebabkan oleh rendahnya penguasaan teknik para pemain, terutama saat bertahan. Para atlet sering gagal dalam menimang, menerima *servis* lawan, menguasai bola, mengoper bola, mengontrol, dan menyelamatkan serangan lawan, sehingga tim tersebut sering mengalami kekalahan.

Tabel 1. Hasil Pendahuluan Tes Bertahan 20 Kali Pengulangan

No	Nama	Point																				total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	alka	2	2	1	1	3	2	1	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	30
2	adin	1	1	3	1	3	3	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	30
3	Argian	2	2	2	1	1	3	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	29
4	Ihsan	1	1	3	1	4	1	2	3	3	1	1	2	1	3	1	1	1	1	0	0	31
5	bagas	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	27
6	dika	3	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	26
7	alwi	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	35
8	Wahyu	1	2	1		2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	20

Berdasarkan pengamatan dan observasi dilapangan tim PSTI binan atlet Serdang Bedagai pada Tanggal 15 Februari 2025, peneliti menemukan bahwa dalam sebuah pertandingan, tim tersebut sering mengalami kegagalan dalam melakukan pertahanan. Hal ini disebabkan oleh rendahnya penguasaan teknik para pemain, terutama saat bertahan. Para atlet sering gagal dalam menimang, menerima servis lawan, menguasai bola, mengoper bola, mengontrol, dan menyelamatkan serangan lawan, sehingga tim tersebut sering mengalami kekalahan. Padahal, teknik bertahan memiliki peran penting dalam permainan sepak takraw, karena selain untuk mempertahankan wilayah, teknik ini juga menjadi dasar untuk serangan balik yang efektif dan mencetak poin. Meskipun pelatih telah memberikan latihan secara maksimal, kesalahan pada teknik bertahan masih sering terjadi pada para atlet.

Klub takraw ini telah berhasil meraih sejumlah prestasi membanggakan, di

antaranya menjadi Juara 2 pada kejuaraan antar pelajar se-Sumatera Utara sebanyak empat kali, serta meraih Juara 2 dalam kejuaraan antar kabupaten satu kali. Pencapaian ini menunjukkan bahwa klub memiliki potensi yang baik dalam mengembangkan kemampuan atletnya. Namun demikian, dari hasil observasi data awal yang dilakukan peneliti, pembinaan atlet sepak takraw di Serdang Bedagai masih memiliki kekurangan, terutama dalam aspek teknik pertahanan. Hal ini terlihat dari pelaksanaan latihan yang masih belum optimal, di mana teknik menahan bola sering kali tidak terarah bahkan keluar dari lapangan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan bertahan para atlet masih perlu ditingkatkan agar prestasi yang telah diraih dapat terus ditingkatkan di masa mendatang.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat ditarik suatu permasalahan, apakah dengan Latihan *passing* di dinding permukaan datar dan tidak datar dapat berpengaruh terhadap kemampuan pertahanan pada binaan atlet putra Serdang Bedagai. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif pada binaan atlet putra Serdang Bedagai, khususnya pada aspek pertahanan.

1.2. Identifikasi Masalah

Ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi berdasarkan landasan masalah di atas yang dihadapi atlet putra binaan serdang Bedagai sebagai berikut:

1. Masih kurangnya pertahanan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI serdang Bedagai tahun 2025.
2. Kurangnya kemampuan bertahan menyebabkan atlet sulit untuk membalikan atau memberi serangan balik kepada lawan.
3. Kurangnya pemahaman tentang Pengaruh Latihan *Passing* di Dinding Permukaan Datar dan Tidak Datar Terhadap Kemampuan Pertahanan

pada Atlet Sepak Takraw Putra Binaan PSTI Serdang Bedagai tahun 2025.

1.3.Batasan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang dan identifikasi masalah diperoleh gambaran beberapa masalah yang ada sangat penting membatasi masalah sehingga ruang lingkup jelas dan terarah, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah manakah yang lebih besar pengaruh latihan *passing* di dinding permukaan datar dan tidak datar terhadap kemampuan pertahanan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI Serdang Bedagai tahun 2025.

1.4.Rumusan Masalah

Adapun beberapa rumusan masalahnya adalah:

1. Apakah ada pengaruh latihan *passing* di dinding permukaan datar terhadap kemampuan bertahan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI Serdang Bedagai tahun 2025?
2. Apakah ada pengaruh latihan *passing* di dinding tidak datar terhadap kemampuan bertahan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI Serdang Bedagai tahun 2025?
3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan *passing* di dinding permukaan datar dan tidak datar terhadap kemampuan pertahanan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI serdang Bedagai 2025.

1.5.Tujuan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan diatas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *passing* dinding permukaan datar terhadap kemampuan bertahan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI Serdang Bedagai tahun 2025.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *passing* di dinding tidak datar terhadap kemampuan bertahan pada atlet sepak takraw putra binaan PSTI Serdang Bedagai tahun 2025.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan *passing* permukaan datar dan dinding tidak datar terhadap kemampuan bertahan atlet sepak takraw putra binaan PSTI Serdang Bedagai pada tahun 2025.

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan uraian permasalahan yang ada, manfaat dari penelitian yang dilakukan yaitu:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan sebagai informasi juga gagasan komprehensif tentang pengaruh Latihan *Passing* di dinding permukaan datar dan tidak datar terhadap peningkatan kemampuan pertahanan khususnya bagi pelatih sepak takraw dan calon pelatih saat menyusun dan melakukan program latihan dengan cermat.

2. Manfaat Praktisi

- a) Memahami manfaat dari latihan *Passing* di dinding untuk meningkatkan keterampilan Pertahanan dan serangan-serangan dari pemain lawan.
- b) Mengetahui manfaat dari latihan *Passing* di dinding untuk

meningkatkan kemampuan *receive* (bertahan) dan serangan-serangan dari pemain lawan.

- c) Pengaruh latihan *Passing* di dinding permukaan datar dan tidak datar ini dapat memberikan informasi terhadap kemampuan Pertahanan dan dapat menjadi salah satu saran untuk pelatih tentang model dan metode latihan.
- d) Bisa dijadikan bahan pertimbangan dan pembandingan bagi pelatih dalam memberikan materi latihan teknik dalam Pertahanan dengan model latihan *Passing* di dinding permukaan datar dan tidak datar.