

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Sepak takraw merupakan salah satu cabang olahraga permainan asli dari Negara Indonesia. Pada awalnya sepak takraw dikenal dengan istilah sepak raga. Sepak takraw merupakan cabang olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh tiga orang tiap regunya dengan menggunakan seluruh anggota tubuh untuk memainkannya, terkecuali tangan. Permainan sepak takraw merupakan permainan yang melibatkan aktivitas fisik atau gerak tubuh dalam pelaksanaannya. Perkembangan permainan sepak takraw dewasa ini cukup pesat. Hal ini ditandai dengan adanya pertandingan yang dilaksanakan baik ditingkat lokal hingga ketingkat internasional. Permainan ini dilakukan oleh dua pihak yang berhadapan atau berlawanan, setiap regu masing-masing terdiri dari tiga orang pemain yang dipisahkan oleh jaring (net) pada setiap regu tersebut terdiri dari seorang tekong, apit kanan, dan apit kiri.

Sebagai permainan beregu, maka kemenangan satu regu ditentukan oleh banyak faktor, beberapa diantaranya adalah: 1) penguasaan teknik bermain sepak takraw secara individu, dan 2) kerjasama tim yang baik. Semakin baik penguasaan teknik setiap pemain dan kerjasama dalam regu maka kualitas permainan akan makin baik. Pada olahraga sepak takraw, seorang pemain harus menguasai teknik dasar yang baik, sebab hal tersebut merupakan salah satu syarat untuk menjadi seorang pemain takraw yang baik. Salah satu teknik dasar dalam olahraga sepak takraw adalah *smash*. Tanpa mengabaikan teknik dasar yang lain, *smash* adalah

teknik dasar yang sering digunakan dalam pertandingan sepak takraw karena sangat efektif dalam mematikan bola dan dalam perolehan nilai/angka.

Dalam permainan sepak takraw kita mengenal 2 macam jenis *smash* yaitu *smash* gulung, dan *smash* kedeng. Terdapat perbedaan yang jelas diantara kedua *smash* tersebut, *smash* gulung adalah *smash* yang dilakukan seperti gerakan salto (kedua kaki tidak menyentuh tanah), *smash* gulung sering dilakukan oleh pemain profesional karna resiko cideranya besar. Berbeda dengan gerakan *smash* kedeng salah satu kaki menyentuh tanah jadi hanya satu kaki yang tidak menyentuh tanah. *Smash* kedeng sering kita jumpai dalam permainan sepak takraw.

*Smash* sepak takraw merupakan sebuah gerakan agresif dengan membutuhkan pengerahan tenaga secara penuh untuk menghasilkan tendangan yang kuat dan laju bola yang cepat saat bola berada di udara (Kerdsomnuk et al., 117:2015). Pada dasarnya serangan (*smash*) dilakukan dengan mengirimkan bola menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali tangan dengan arah yang tajam ke daerah lawan dalam rangka untuk menekan dan mematikan lawan untuk memperoleh angka. Serangan (*smash*) adalah usaha pemain dalam melakukan tendangan ke daerah pertahanan lawan (Hanif dan Syam, 36:2015).

Tahapan gerakan-gerakan *smash* dalam permainan sepak takraw dapat dikemukakan bahwa untuk dapat melakukan *smash* dengan baik membutuhkan penguasaan tehnik melompat, menendang serta ketepatan mengarahkan bola pada sasaran (Pratama, 41:2018). Dengan demikian untuk dapat menjadi *smasher* yang baik memerlukan latihan yang intensif dengan mengikuti program latihan yang telah direncanakan dan relevan dengan tehnik dasar yang akan dikembangkan

dalam cabang olahraga sepak takraw (Astra, 67:2017). Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi berhasil atau tidaknya melakukan *smash* kedeng untuk mencetak poin diantaranya, komponen-komponen kondisi fisik, kesegaran jasmani, motivasi pemain, keterampilan pengajaran pelatih, sarana dan prasarana, metode latihan, dan pengaruh lingkungan sekitar.

Secara komponen kondisi fisik, menurut Sudrajat (2000: 76), bahwa Power otot tungkai, kelincahan, daya tahan otot dan fleksibilitas adalah komponen fisik yang diperlukan dalam permainan sepak takraw. Secara kesegaran jasmani diperlukan sebagai kontrol sehingga pada saat pelaksanaan semua unsur-unsur yang lain dapat bekerja dengan optimal sehingga dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw. Sedangkan keterampilan pengajaran pelatih berpengaruh terhadap pelatihan yang dihasilkan. Dan komponen metode latihan dilengkapi dengan bentuk gerakan yang bervariasi dengan waktu yang dibutuhkan seperti pemanasan, latihan inti, sampai pendinginan.

**Tabel.1.1 Hasil Data Awal Observasi**

| No | Nama               | <i>Smash</i> | Kategori |
|----|--------------------|--------------|----------|
| 1  | Muhammad Arrasyid  | 7            | K        |
| 2  | Azmy Mahsur        | 7            | K        |
| 3  | Febriansyah Reza   | 6            | K        |
| 4  | M.Rianda Syahputra | 9            | K        |
| 5  | Argian Satriansyah | 10           | K        |
| 6  | Addin Siregar      | 8            | K        |
| 7  | Rafa Ardika Nst    | 12           | S        |
| 8  | Bagas Firmansyah   | 14           | S        |
| 9  | M.Yusuf            | 18           | B        |
| 10 | Alex               | 8            | K        |

(Sumber: Data Pribadi Peneliti 2024)

Berdasarkan hasil observasi hasil *smash* kedeng masih dalam kategori rendah. Pada saat melakukan gerakan *smash* terkadang pemain salah perhitungan yaitu melompat mendahului bola, dan sering melakukan kesalahan pada saat melakukan gerakan *smash* sehingga hasilnya saat melakukan tendangan bola telah terjatuh dulu sebelum melakukan pukulan serta perkenaan bola pada kaki ketika melakukan gerakan *smash* belum tepat yang akan berakibat pemain terlepas dari bola saat ingin melakukan gerakan *smash* bahkan bola menyangkut pada net. Permasalahan lainnya yaitu loncatan dan perkenaan bola yang akan mempengaruhi hasil *smash*, tanpa adanya latihan yang tepat maka gerakan *smash* belum diterapkan secara baik dan benar dan perlu melakukan evaluasi gerakan pada para pemain. Kemudian berdasarkan pengamatan dan wawancara dari pelatih dan atlet dapat diketahui bahwa kesalahan-kesalahan *smash* kedeng terjadi karena pemahaman teori mengenai teknik *smash* sepak takraw tersebut masih kurang.

Selain kurangnya pengetahuan atlet, faktor variasi latihan seperti latihan *box jump* dan latihan bola gantung yang dapat menghasilkan *smash* kedeng lebih kuat juga sangat berpengaruh terhadap keberhasilan melakukan *smash* kedeng sepak takraw. Diharapkan kedua bentuk latihan ini akan berdampak besar pada keterampilan melakukan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw. Berdasarkan latar belakang dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, maka judul penelitian ini adalah “Kontribusi Latihan *Box jump* Dan Latihan Bola Gantung Terhadap Hasil Kemampuan *Smash* Kedeng Sepak Takraw STC Simpati Sergai Tahun 2024”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalah yang timbul dalam penelitian ini dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apakah Masih terlihat adanya beberapa kesalahan mendasar seperti pada gerakan badan saat melakukan *smash* kedeng sehingga menyebabkan arah bola kurang akurat ?
2. Apakah Penempatan bola hasil *smash* kedeng masih sering jauh dari sisi dalam garis lapangan?
3. Bagaimana Bentuk latihan yang digunakan agar bervariasi bervariasi ?
4. Bagaimana kontribusi antara latihan *box jump* terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng ?
5. Bagaimana kontribusi antara latihan bola digantung terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng?
6. Bagaimana kontribusi antara latihan *box jump* dan latihan bola digantung terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng ?

### 1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah ditulis di atas maka penelitian ini perlu kiranya menentukan batasan yang disebut batasan masalah. Untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi maka penelitian ini difokuskan dan dibatasi pada “kontribusi latihan *box jump* dan latihan bola digantung terhadap kemampuan *smash* kedeng sepak takraw STC Simpati Sergai”.

### 1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat di ambil adalah:

1. Apakah terdapat kontribusi latihan *box jump* terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng sepak takraw?
2. Apakah terdapat kontribusi latihan bola digantung terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng sepak takraw?
3. Apakah terdapat kontribusi latihan *box jump* dan latihan bola digantung terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng sepak takraw?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kontribusi latihan *box jump* terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng sepak takraw.
2. Untuk mengetahui kontribusi latihan bola digantung terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng sepak takraw.
3. Untuk mengetahui kontribusi latihan *box jump* dan latihan bola digantung terhadap hasil kemampuan *smash* kedeng sepak takraw.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ataupun kegunaan tersebut antara lain:

1. Secara Teoritis

Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai kontribusi latihan *box jump* dan latihan bola digantung terhadap hasil *smash* kedeng sepak takraw, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menyusun program latihan teknik kepada atlit.

## 2. Praktis

- a. Bagi klub yang bersangkutan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan pengukuran. Bagi pelatih, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk merancang program yang akan diberikan dan agar dalam memberi pembinaan, pelajaran atau pelatihan lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.
- b. Bagi masyarakat umum sebagai bahan masukan tentang gambaran *smash* kedeng sehingga dapat memperkenalkan *smash* kedeng, atau khususnya olahraga sepak takraw kepada masyarakat.

