

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan sebuah aktifitas fisik yang mana tujuan dari berolahraga adalah mencapai prestasi yang setinggi-tingginya dengan semaksimal mungkin bagi mereka baik yang dalam individu maupun tim. Olahraga merupakan salah satu bentuk aktifitas fisik yang memiliki dimensi kompleks. Pencapaian prestasi yang dibidang olahraga semestinya didukung dengan penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi yang tepat guna. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan melalui pembinaan diusia dini baik dari kemampuan teknik, taktik, strategi, mental dan melalui pendekatan ilmiah. Meraih prestasi yang maksimal membutuhkan usaha dan kerja.

Menurut Tabrani (2002: 1) *hockey* adalah suatu permainan yang dimainkan antara dua regu yang setiap regunya memegang sebuah tongkat bengkok yang disebut *stick* untuk menggerakkan, menggiring, mengontrol dan memukul bola. Permainan *hockey* dimainkan oleh putra maupun putri. Orientasi dalam permainan *hockey* adalah membuat gol sebanyak-banyaknya dengan memasukkan bola ke gawang lawan dengan menggunakan *stick* dari daerah lingkaran tembak (*circle*), dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola. Memenangkan pertandingan dalam permainan *hockey*, yaitu dengan memasukkan bola ke gawang lawan dari daerah tembakan, lebih banyak dibandingkan tim lawan memasukkan bola. Menurut Jane Powell (2008: 1) permainan *hockey* adalah sebuah permainan tim yang menyenangkan, cepat dan membutuhkan keterampilan.

Hockey dapat dimainkan dalam ruangan (*indoor*) dan di lapangan terbuka (*outdoor*). Dalam permainan *hockey indoor* ukuran lapangan yang di gunakan memiliki panjang 44 meter dan lebar 22 meter FIH (2015: 9), mempunyai peraturan tersendiri atau khusus yang sebagian tidak sama dengan permainan *hockey* lapangan seperti: bola hanya boleh berada dipermukaan lantai kecuali saat melakukan *shooting*. Pada *hockey indoor* tiap tim terdiri dari 12 pemain, 6 pemain inti dan 6 pemain cadangan. Dalam *hockey* ruangan tidak boleh memukul bola (*hit*) dan menghentakan bola (*tapping*). *Hockey indoor* merupakan olahraga permainan dengan gaya permainan cepat, mengumpan bola dengan cepat, sedikit mengolah bola, berlari cepat ke arah gawang lawan dan berusaha memasukan bola ke gawang lawan.

Menurut Komarudin (2018: 8) ada empat aspek yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet yaitu: fisik, teknik, taktik, dan mental. Dari keempat aspek tersebut teknik merupakan aspek yang sangat penting untuk prestasi yang optimal. Menurut Giriwijoyo (2005: 28) latihan teknik merupakan latihan yang bertujuan untuk memahirkan penguasaan keterampilan gerak dalam suatu cabang olahraga. Menurut Suharno (1975) latihan teknik adalah suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga.

Menurut Alexander (2007), teknik dalam olahraga *hockey* adalah *ball carrying, passing, receiving, defending, scoring, goalkiping, penalty corners/short corner*. Menurut Joko Purwanto (2004: 9) teknik dasar bermain *hockey* yang harus dikuasi meliputi: (1) pegangan, (2) menggiring bola, (3) mengoper bola, (4) menerima dan mengontrol bola, (5) merampas bola. Menurut

Beverly L Seidel (1975: 195) mengkategorikan teknik dasar *hockey* ada 6, yakni; (1) pegangan *stick*, (2) menggiring bola, (3) mengontrol bola, (4) menerima dan mengumpan bola, (5) *scoop* (6) *flick*.

Anders (1999: 91) *The aim of every attack is to score a goal, and all players enjoy scoring goals. Players who often play in the attacking third of the field are expected to execute the roles of attack to achieve penetration for the opportunity to shoot. It is here that attack players are charged with the most difficult task of all-the scoring of goals. Top scorers can execute shooting techniques from all angles, no matter where the ball arrives in relation to their feet. To score on a consistent basis, a player must be able to shoot under actual game pressures of re-stricted space, limited time, physical exhaustion, and aggressive opponents. The essence of shooting is the release speed of the shot, the surprise or deception of the shot, and the placement of the shot.*

Berdasarkan ungkapan di atas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari penyerangan adalah menciptakan gol sebanyak-banyaknya kegawang lawan, untuk itu diperlukan pemain penyerang yang baik dapat melakukan *shooting* dari sudut mana pun untuk menciptakan sebuah gol, tidak perlu melihat dimana posisi bola dan dimana posisi kakinya berada, untuk mencetak gol secara konsisten seorang pemain harus memiliki keterampilan yang baik secara teknik dalam melakukan *shooting*.

Peneliti melakukan observasi pengamatan dan wawancara terkait pelaksanaan *shooting* atlet putra Unimed *Hockey Club*, berkenaan dengan tim putra Unimed *Hockey Club* yang saat ini melakukan latihan pada nomor *hockey indoor* digedung Serbaguna Unimed, hasil observasi dan pengamatan peneliti

menemukan permasalahan terkait pelaksanaan latihan *shooting* dimana banyak atlet yang melakukan *shooting* tidak tepat sasaran dan banyak juga dari atlet yang melakukan *shooting* terjadi pelanggaran yang dibuat sendiri saat melakukan *shooting* dengan bola naik sebelum bola dilepas saat melakukan *shooting* teknik *drag flick* yang dilakukan tim *hockey* putra Unimed *Hockey Club* di Gedung Serbaguna Universitas Negeri Medan. Hasil temuan tersebut dikuatkan dengan pernyataan pelatih yang menyatakan bahwa memang masih banyak dari atlet yang berlatih di Unimed *Hockey Club* perlu perbaikan pada kemampuan *shooting* atlet, Hasil temuan peneliti tersebut maka peneliti melakukan tes awal terkait kemampuan *shooting* tim putra Unimed *Hockey Club*, hasil tes awal yang peneliti lakukan yang terdapat pada lampiran, peneliti mendapatkan data bahwa kemampuan *shooting* atlet putra Unimed *Hockey Club* masih pada kategori kurang sehingga perlu untuk ditingkatkan dengan memberikan variasi latihan teknik yang dapat meningkatkan kemampuan *shooting*.

Menurut Bompa (1994: 3) latihan merupakan suatu kegiatan olahraga yang sistematis dalam waktu yang panjang, ditingkatkan secara bertahap dan perorangan, bertujuan membentuk manusia yang berfungsi fisiologis dan psikologisnya untuk memenuhi tuntutan tugas. Latihan juga bisa dikatakan sebagai suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah, menurut Harsono (1988: 102). Sedangkan menurut Nossek (1982: 3) latihan adalah proses untuk pengembangan penampilan olahraga yang kompleks dengan memakai isi latihan, metode latihan, tindakan organisasional yang sesuai dengan tujuan.

Kemampuan *shooting* atlet putra Unimed *Hockey Club* berdasarkan

temuan dan ungkapan diatas masih dapat ditingkatkan dengan memberikan latihan teknik yang bervariasi secara terprogram. Untuk itu peneliti berkeinginan membuat penelitian yang berkaitan dengan *shooting* berupa latihan *part method* dan latihan *whole method* yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *shooting*.

Metode bagian dan metode keseluruhan *part method and whole method* menjelaskan bagaimana mengajarkan dan menerapkan ilmu atau gerakan secara bertahap dan merangkai gerakan secara keseluruhan. *Part method* metode bagian dan metode keseluruhan pada umumnya diterapkan untuk mempelajari jenis keterampilan yang sulit atau kompleks. Menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 85) metode bagian dan metode keseluruhan *part method and whole method* adalah metode yang mempelajari gerak demi gerakan secara bertahap dan melatih rangkaian gerak pada teknik secara langsung dan keseluruhan.

Metode bagian dan metode keseluruhan *part method and whole method* dapat disimpulkan berdasarkan ungkapan di atas merupakan cara pendekatan yang mula-mula siswa diarahkan untuk mempraktikkan sebagian demi sebagian gerakan secara bertahap dan setelah bagian atau komponen dikuasai, baru mempraktikkan rangkaian gerakannya secara keseluruhan.

Hasil yang dikemukakan di atas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dilakukan penelitian yang dapat meningkatkan kemampuan *shooting* dengan menggunakan latihan *part method* dan latihan *whole method* yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *shooting* atlet putra Unimed Hockey Club. Hal-hal yang dikemukakan di atas yang melatarbelakangi judul: **“Perbedaan Pengaruh Latihan Part Method Dengan**

Latihan *Whole Method* Terhadap Kemampuan *Shooting* Atlet Putra Unimed *Hockey Club* Pada Permainan *Hockey Indoor* Tahun 2021”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapatlah dibuat suatu gambaran tentang permasalahan yang dihadapi, diantaranya :

1. Apakah ada pengaruh latihan *part method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021?
2. Apakah ada pengaruh latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021?
3. Apakah faktor kondisi fisik dapat mempengaruhi kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021?
4. Latihan manakah yang lebih berpengaruh antara latihan *part method* dengan latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021?
5. Belum pernah diterapkan latihan *part method* dan latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021?

1.3. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah yang akan diteliti seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah dan untuk menghindari interpretasi yang salah, manakah yang perlu dilakukan pembatasan masalah sebagai berikut: “Perbedaan Pengaruh Latihan *Part Method* Dengan Latihan *Whole Method* Terhadap Kemampuan

Shooting Atlet Putra Unimed Hockey Club Pada Permainan Hockey Indoor Tahun 2021”

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dirumuskan yang akan diteliti adalah :

1. Apakah ada pengaruh latihan *part method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021 ?
2. Apakah ada pengaruh latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021 ?
3. Latihan manakah yang lebih berpengaruh antara latihan *part method* dengan latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* atlet putra unimed *hockey club* pada permainan *hockey indoor* tahun 2021 ?

1.5. Tujuan Penelitian

Yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *part method* terhadap kemampuan *shooting* Atlet Putra Unimed *Hockey Club* Pada Permainan *Hockey Indoor* Tahun 2021.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* Atlet Putra Unimed *Hockey Club* Pada Permainan *Hockey Indoor* Tahun 2021.
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *part method* dengan latihan *whole method* terhadap kemampuan *shooting* Atlet Putra Unimed *Hockey Club* Pada Permainan *Hockey Indoor* Tahun 2021.

1.6. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat untuk :

1. Sebagai informasi masukan bagi para atlet dan usaha pembinaan atlet.
2. Sebagai informasi masukan bagi pembinaan dan pelatih olahraga *hockey* khususnya di Unimed.
3. Sebagai penambah wawasan ilmiah ilmu pengetahuan, dan meningkatkan prestasi *hockey* dalam pembinaan serta pengembangannya.
4. Sebagai bahan masukan bagi penulis untuk dapat mengetahui bentuk latihan manakah yang lebih baik digunakan untuk melatih kemampuan *shooting*, khususnya pada pemain *hockey*.

