

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan geraknya atau performa. Husdarta (2011:13) menjelaskan kegiatan aktivitas fisik dilakukan manusia untuk memperagakan kemampuan gerak secara maksimal sesuai dengan pola gerak yang digerakkan oleh beberapa faktor fisik. Menurut Toho Cholik M dan Rusli Lutan (2001:27) menyatakan “olahraga ditilik dari asal katanya berasal dari bahasa jawa yaitu olah yang berarti melatih diri dan rogo (raga) berarti badan. Secara luas olahraga diartikan sebagai segala kegiatan atau usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan jasmani maupun rohani”.

Sepaktakraw merupakan olahraga kelompok atau tim yang terdiri dari tiga pemain di tiap tim yang bertujuan memasukkan bola kedalam lapangan lawan, dan berusaha menjaga lapangan agar tidak kemasukkan oleh lawan. Tim yang lebih banyak memasukkan bola lapangan lawan lah yang jadi pemenangnya. Menurut Sucipto, dkk.(2000:7) yang menjelaskan bahwa “tujuan permainan sepaktakraw adalah pemain memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke lapangan lawannya dan berusaha menjaga lapangannya sendiri agar tidak kemasukan”. Salah satu komponen mendasar yang harus dikuasai agar dapat bermain sepak takraw dengan baik adalah menguasai teknik sepak sila.

Dalam olahraga sepak takraw kemampuan teknik dasar sangatlah dibutuhkan untuk mencapai prestasi yang optimal, karena untuk menjadi seorang atlet sepak takraw harus memiliki kemampuan teknik dasar sepak takraw. Jhon Ghanielke (2007: 2) memaparkan bahwa: Ada beberapa teknik-teknik dasar dalam sepak takraw, seperti (1) *control ball*(mengontrol bola); (2) *shooting* (menendang bola ke lawan); (3) *passing* (mengumpan); (4) *heading* (menyundul bola).

Husni Thamrin(2008:04) Dalam permainan sepaktakraw menyepak (sepakan) adalah sangat penting. Dapat dikatakan bahwa kemampuan menyepak atau keterampilan menyepaka merupakan ibu dari permainan sepaktakraw, karena bola dimainkan terbanyak melalui disepak dengan bergai bagian kaki, mulai dari permulaan permainan sampai dengan membuat poin atau angka dapat dikatakan dilakukan dengan kaki (sepakan).Sepak sila merupakan teknik dasar yang paling dominan dalam permainan sepak takraw, sehingga sebagian orang menyebut teknik sepak sila adalah ibu dari permainan sepak takraw.

Imran Akhmad (2013:15) mengatakan bahwa “Latihan teknik bertujuan untuk mempermahir penguasaan keterampilan gerak dalam suatu cabang olahraga”. Kemudian Imran Akhmad memperjelas lagi bahwa penguasaan keterampilan dari teknik-teknik dasar amatlah penting karena menentukan kemahiran dalam melakukan gerak dalam suatu cabang olahraga. Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa latihan teknik itu sangatlah penting karena bertujuan untuk melatih kemahiran seseorang atlet dalam suatu cabang olahraga yang digelutinya. Salah satu teknik dasar yang sangat penting yaitu sepaksila.Sepaksila adalah menyepak bola dengan kaki bagian dalam yang ditekuk seperti bersila.Kemampuan penguasaan bola dalam permainan Sepaktakraw merupakan

faktor yang sangat berpengaruh. Apabila seorang atlet memiliki kemampuan mengontrol yang baik maka penguasaan bola dalam permainan akan lebih mudah dilakukan. Cara peningkatan penguasaan teknik sepaksila mempunyai banyak bentuk latihan diantaranya sepaksila secara individu, berpasangan dan berkelompok. Apabila seorang atlet telah menguasai teknik dasar sepaksila akan memudahkan atlet menguasai teknik khusus lainnya salah satunya yaitu teknik operan.

Mengumpan (*Operan*) adalah teknik yang sangat penting dalam permainan sepak takraw dimana sangat bermanfaat digunakan untuk mengoper bola kepada teman, mengoper jarak pendek, mengoper jarak jauh, juga menghasilkan peluang agar teman mampu melakukan smash dan menghasilkan poin. Karena pentingnya kemampuan mengumpan dalam sepak takraw sehingga perlu dilatih agar setiap pemain mempunyai kemampuan mengumpan yang baik dan ketika pemain dapat melakukan teknik mengumpan dengan baik maka pemain akan dengan mudah memberikan operan kepada pemain lain untuk kemudian melakukan smash dan menghasilkan poin bagi tim, kemampuan-kemampuan seperti ini sangat penting untuk dilatih sejak usia dini agar kemampuan mengumpan dan kemampuan smash setiap atlet bisa menjadi sebuah gerakan yang otomatis.

Berdasarkan penjelasan, pengertian maupun tahap pelaksanaannya, masih banyak pemain yang belum menguasai teknik *operan* dengan baik. Berdasarkan observasi latihan dan pengamatan peneliti terkait penerapan teknik dasar dan teknik khusus dalam bermain sepak takraw atlet putri binaan Binjai masih dalam kategori kurang. Kemampuan teknik dasar yaitu kontrol bola dengan sepaksila,

sepak kura, memaha, dan kepala. Sedangkan, kemampuan teknik khusus yang sangat kurang sekali yaitu kemampuan *operan*.

Hasil observasi pada saat latihan peneliti menemukan bahwa para atlet tidak maksimal dalam melakukan sepak sila, baik sepak sila sendiri maupun sepak sila berpasangan. Dan hasil operan bola dengan menggunakan teknik sepak sila tidak tepat pada sasaran sehingga bola tidak sampai kepada teman satu timn dan bahkan bola keluar dari lapangan .

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti terhadap atlet putri binaan Binjai maka peneliti melakukan pengambilan data awal terkait operan bola.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti terhadap atlet putri club Binaan Binjai, peneliti menyimpulkan bahwa kemampuan atlet putri binaan binjai dalam melakukan operan bola masih dalam kategori kurang sekali terlihat dari hasil tes operan yang telah dilakukan. Untuk meningkatkan kemampuan operan maka atlet harus melakukan banyak latihan.

Untuk meningkatkan operan bola peneliti menawarkan latihan sepak sila sendiridan latihan sepak sila berpasangan.Pelaksanaan dalam melatih dan meningkatkan kemampuan *operan*, menggunakan metode yang dipakai untuk menyajikan latihan tersebut merupakan unsur yang penting. Maka untuk meningkatkan efektifitas latihan menjadi masalah yang harus ditemukan pemecahannya. Dalam rangka mencari jawaban untuk meningkatkan kemampuan *operan* penulis mencoba mengadakan suatu penelitian tentang : “Perbedaan Pengaruh Latihan Sepak Sila Sendiri dan Sepak Sila Berpasangan Terhadap Ketepatan Operan Bola Dalam Sapak Takraw pada Pemain Putri Atlet Binaan Sepak Takraw PSTI Binjai Tahun 2021”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka perlu diidentifikasi lebih dalam lagi, dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan penelitian ini. Maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi ketepatan dalam mengoper bola?
2. Apakah latihan sepak sila sendiri dan berpasangan berpengaruh terhadap ketepatan operan bola?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara latihan sepak sila sendiri dan berpasangan terhadap ketepatan operan bola ?
4. Manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan sepak sila sendiri dan berpasangan terhadap ketepatan operan bola ?

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 perbedaan pengaruh latihan sepak sila sendiri dan latihan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembahasan masalah yang telah dituliskan di atas, maka rumusan masalah yang dapat di ambil adalah :

1. Apakah ada pengaruh yang signifikan dari latihan sepak sila sendiri terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw.
2. Apakah ada pengaruh yang signifikan dari latihan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw.
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara latihan sepak sila sendiri dan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah ,pembahasan masalah dan rumusan masalah yang telah dituliskan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan sepak sila sendiri terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw?
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw?
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan sepak sila sendiri dan latihan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola atlet putri binaan Binjai pada permainan sepak takraw?

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian adalah :

1. Mengetahui pengaruh latihan sepak sila terhadap ketepatan operan bola pada atlet binaan binjai padapermainan sepak takraw.
2. Mengetahui latihan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola pada atlet binaan binjai padapermainan sepak takraw
3. Mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan sepak sila sendiri dan latihan sepak sila berpasangan terhadap ketepatan operan bola pada atlet binaan binjai padapermainan sepak takraw
4. Sebagai bahan informasi bagi peneliti dalam melakukan penelitian lebih lanjut.
5. Sebagai referensi dan masukan bagi civitas akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan serta sumbangan bagi dunia kepelatihan.

THE
Character Building
UNIVERSITY