

BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga memegang peranan sangat penting dalam kehidupan manusia. Di era modern sekarang, kegiatan olahraga sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, baik untuk meningkatkan prestasi maupun menjaga kebugaran tubuh agar tetap sehat. Sepak takraw adalah salah satu cabang olahraga yang populer di masyarakat karena bisa dimainkan oleh berbagai kalangan, baik pria maupun wanita. Melalui olahraga, seseorang dapat membentuk tubuh yang sehat secara fisik dan mental, menumbuhkan kedisiplinan, serta mengembangkan pribadi yang berkualitas. Dalam upaya mencetak generasi muda yang mampu melanjutkan perjuangan bangsa, pembinaan melalui olahraga telah lama dipandang sebagai sarana yang efektif dan bermanfaat. Hal ini selaras dengan tujuan pembangunan manusia yang bertujuan mewujudkan manusia Indonesia secara utuh, sehat secara jasmani dan rohani.

Sepak takraw merupakan cabang olahraga yang membutuhkan penguasaan teknik dasar yang baik, salah satunya adalah servis atas. Servis atas memiliki peran penting dalam permainan karena menjadi awal serangan yang dapat menentukan perolehan poin. Oleh karena itu, ketepatan, kekuatan, dan kontrol dalam melakukan servis atas menjadi aspek yang sangat penting untuk dikuasai oleh setiap pemain.

Dalam proses latihan, penggunaan alat bantu seperti *kick pad* dan bola gantung sering digunakan untuk meningkatkan kemampuan servis atas. Kedua alat ini diketahui dapat membantu pemain dalam mengembangkan kontrol, kekuatan, serta akurasi servis yang sangat dibutuhkan dalam pertandingan. Namun, dalam praktiknya masih ditemukan permasalahan terkait

ketepatan servis atas, khususnya pada siswa atau atlet pemula yang belum mampu melakukan servis secara optimal.

Selain itu, belum diketahui secara pasti metode atau alat latihan mana yang lebih efektif untuk meningkatkan ketepatan servis atas. Hal ini menyebabkan proses latihan menjadi kurang maksimal dan hasil yang diperoleh belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan suatu penelitian yang mengkaji efektivitas penggunaan alat bantu latihan, seperti *kick pad* dan bola gantung, dalam meningkatkan ketepatan servis atas pada permainan sepak takraw. Berdasarkan permasalahan tersebut, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui metode latihan yang paling efektif sehingga dapat meningkatkan kemampuan servis atas secara optimal dan mendukung peningkatan prestasi pemain sepak takraw (Ibnu, 2024:74).

Tabel 1.1 Hasil Pendahuluan Tes Servis Atas 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	Sawal	2	2	0	1	3	0	1	0	1	3	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	27
2	Rafa	0	1	1	0	3	0	0	0	2	1	2	1	2	1	1	0	0	1	1	1	18
3	Satria	1	2	0	1	1	3	0	1	0	1	0	2	3	2	3	0	1	1	1	1	24
4	Reza	1	1	3	1	2	0	2	1	3	1	0	2	3	0	0	0	2	1	1	0	26
5	Rosid	1	0	0	2	2	1	0	2	0	1	1	0	1	0	1	0	1	2	0	1	16
6	Azmi	3	0	1	1	0	3	1	1	0	0	1	1	3	0	1	1	0	1	1	1	20
7	Rian	0	2	3	1	2	0	2	1	2	2	0	0	1	1	1	0	1	1	2	1	23
8	Rendy	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	0	2	0	1	2	1	1	1	1	0	19

Berdasarkan pengamatan dan observasi Atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai pada tanggal 16 juli 2025, penelitian menemukan bahwa dalam sebuah pertandingan, tim tersebut sering mengalami kegagalan dalam melakukan servis

atas. Hal tersebut disebabkan oleh kurangnya dalam penguasaan teknik para pemain, terutama saat melakukan servis atas. Para atlet sering melakukan sangkut pada net dan sering keluar garis saat memulai permainan, sehingga tim tersebut sering mengalami kekalahan. Padahal, teknik servis atas memiliki peran penting dalam permainan sepak takraw, karena selain untuk unggul dalam segi angka, teknik ini juga menjadi dasar untuk meraih kemenangan lebih cepat dalam mencetak angka, penelitian ini berada di Desa Tualang, Kecamatan Perbaungan, Kabupaten Serdang Bedagai, merupakan kelompok latihan yang aktif dan memiliki semangat tinggi. Berdiri sejak 1 Januari 2025 dengan pelatih Bapak Syaiful Anwar, kelompok ini berlatih rutin tiga kali seminggu dan terdiri dari 16 atlet berusia 15–16 Tahun. Hal ini menunjukkan masih rendahnya keterampilan servis atas yang dimiliki.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dibutuhkan metode latihan yang tepat dan efektif. Dua alternatif alat bantu yang dapat digunakan adalah *kick pad* dan bola gantung, yang memungkinkan pemain melatih akurasi dan kekuatan servis secara konsisten. Bola gantung merupakan modifikasi bola sepak takraw yang digantung menggunakan tali, sedangkan *kick pad* banyak digunakan dalam berbagai olahraga sebagai target latihan tendangan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan judul dan latar belakang yang telah di uraikan diatas identifikasi masalah yang muncul adalah sebagai berikut:

1. Kegagalan Atlet Putra Binaan PSTI Serdang Bedagai melakukan servis atas
2. Pelatih belum menerapkan latihan servis atas menggunakan *kick pad* dan bola gantung

3. Belum diketahui latihan servis atas menggunakan *kick pad* dan bola gantung dapat memberikan pengaruh positif terhadap hasil kemampuan servis atas sepak takraw pada atlet putra Binaan PSTI Serdang Bedagai.

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk menghindari terjadinya penafsiran yang berbeda perlu diberi batasan permasalahan. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah manakah yang lebih besar pengaruh latihan servis atas menggunakan *kick pad* dan bola gantung terhadap kemampuan servis atas pada atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai Tahun 2025.

1.4 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat permasalahan yang perlu diteliti, dipelajari, dianalisis dan diusahakan pemecahannya. Setelah mempertimbangkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka dengan itu penulis merumuskan masalah penelitian. Adapun beberapa rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh yang signifikan dari latihan servis atas menggunakan *kick pad* terhadap kemampuan servis atas pada atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai pada permainan sepak takraw?
2. Apakah ada pengaruh yang signifikan dari latihan bola gantung terhadap kemampuan servis atas pada atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai pada permainan sepak takraw?
3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan menggunakan *Kick Pad* dan bola gantung terhadap kemampuan servis atas atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai pada permainan sepak takraw?

1.5 Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan servis atas menggunakan *kick pad* terhadap kemampuan servis atas pada atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai Tahun 2025.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan servis atas bola gantung terhadap kemampuan servis atas pada atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai Tahun 2025.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruhnya anatara latihan menggunakan *kick pad* dan bola gantung terhadap kemampuan servis atas pada atlet putra binaan PSTI Serdang Bedagai Tahun 2025.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Berdasarkan dari paparan dan permasalahan diatas, manfaat dari penelitian ini anatara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gagasan komprehensif tentang perbedaan pengaruh latihan servis atas menggunakan *kick pad* dan bola gantung terhadap kemampuan servis atas khususnya bagi pelatih sepak takraw dan calon pelatih saat merencanakan dan melaksanakan program latihan dengan cermat.

2. Manfaat Praktis

- a. Mengetahui manfaat dari latihan servis atas menggunakan *kick pad* untuk meningkatkan kemampuan servis atas.

- b. Mengetahui manfaat dari latihan servis atas bola gantung untuk meningkatkan kemampuan servis atas.
- c. Mengetahui bentuk latihan manakah yang memberikan pengaruh lebih besar terhadap peningkatan kemampuan servis atas.
- d. Pengaruh latihan menggunakan *kick pad* dan bola gantung ini dapat memberikan informasi latihan servis atas dan dapat memberikan masukan untuk pelatih tentang model dan metode latihan.
- e. Dapat dijadikan bahan pertimbangan dan pembandingan bagi pelatih dalam memberikan materi latihan Teknik dalam melakukan servis atas dengan model latihan servis atas menggunakan *kick pad* dan bola gantung.