

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga memainkan peran yang vital dalam kehidupan manusia. Di era modern saat ini, aktivitas olahraga telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan, baik sebagai sarana untuk meningkatkan prestasi maupun sebagai upaya menjaga kesehatan tubuh. Salah satu jenis olahraga yang populer adalah sepak takraw, karena dapat dinikmati oleh semua kalangan, tanpa memandang jenis kelamin. Melalui olahraga, seseorang dapat memperoleh kesehatan fisik dan mental yang optimal, serta mengembangkan disiplin, yang pada akhirnya membentuk individu yang berkualitas. Dalam upaya membentuk generasi penerus yang tangguh bagi bangsa, pelatihan melalui olahraga telah lama diakui sebagai metode yang efektif. Hal ini karena pembangunan manusia bertujuan untuk menciptakan warga negara Indonesia yang memiliki kesehatan secara menyeluruh, baik secara fisik maupun mental.

Sepak takraw adalah salah satu olahraga tradisional yang berasal dari bangsa-bangsa di Asia Tenggara, termasuk Indonesia. Di Indonesia, olahraga ini telah lama dimainkan, terutama di daerah-daerah pesisir seperti Sulawesi Selatan (Makassar), Sumatera Barat (Minang Kabau), Riau, Kalimantan (Kandangan), dan Jawa Barat (Banten). Namun, saat ini, permainan sepak takraw telah mengalami perkembangan dengan penggunaan bola yang terbuat dari serat sintetis, menggantikan bola tradisional yang terbuat dari rotan. Sepak takraw adalah salah satu cabang olahraga permainan beregu di mana dua tim, masing-masing terdiri dari tiga anggota, bertanding. Dalam permainan ini, para pemain hanya diperbolehkan menggunakan kaki, badan, dan kepala untuk mengontrol bola takraw, tanpa

menyentuhnya dengan tangan, dengan batasan tiga kali sentuhan. Oleh karena itu, permainan ini menuntut keterampilan teknik dasar yang baik untuk mengontrol bola takraw guna mencetak angka dalam setiap pertandingan. Setiap tim terdiri dari tiga pemain, yaitu apit kiri, apit kanan, dan tekong. Dalam sepak takraw, pertandingan dilakukan antara dua tim yang berlawanan (Wulandari dan Irsyada, 2019:2). Jika diamati, permainan sepak takraw merupakan permainan beregu, yang dimainkan oleh 3 orang (Hermanto, 2017:4)

Keunikan sepak takraw terletak pada dominasi unsur senam dan gerakan akrobatik sebagai fondasi keterampilan yang membawa menuju prestasi yang matang. Penting untuk dicatat bahwa tanpa pembinaan sejak usia dini, menciptakan atlet yang mencapai prestasi optimal akan menjadi tantangan yang besar. Setiap individu memiliki karakteristik yang berbeda dalam bermain sepak takraw. Oleh karena itu, penanganan yang berbeda juga diperlukan, sesuai dengan karakteristik khusus dari olahraga tersebut. Artinya, pembinaan dalam olahraga sepak takraw memerlukan kemampuan untuk melatih secara tepat guna mencapai tujuan latihan yang diinginkan dengan efektif.

Terdapat banyak faktor yang dapat memengaruhi prestasi seorang pemain dalam sepak takraw, dan salah satunya adalah unsur teknik. Teknik permainan tidak akan berkembang secara alami tanpa adanya latihan yang teratur. Untuk menjadi pemain sepak takraw yang handal, seseorang harus menguasai baik teknik dasar maupun teknik khusus. Teknik dasar sepak takraw meliputi sepakan, penggunaan kepala, mendada, memaha, dan membahu. Penguasaan atas teknik-teknik tersebut dapat dicapai melalui pembelajaran dan latihan yang konsisten. Sebagai contoh, teknik bertahan/menerima bola pertama perlu diasah melalui latihan berulang-ulang agar kesalahan dapat diminimalisir. kemampuan menerima bola pertama

merupakan salah satu aspek penting dalam sepak takraw, yang seringkali menjadi penentu dalam mempertahankan poin dalam pertandingan, pemain profesional umumnya menggunakan kemampuan menerima bola pertama sebagai teknik bertahan Ketika tim lawan melakukan servis.

Klub sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai yang berdiri di Desa Tualang, Kecamatan Perbaungan, Kabupaten Serdang Bedagai. Klub ini didirikan pada tanggal 17 November 2022. Pelatihnya adalah Bapak Syaiful Anwar, yang melatih sebanyak 16 atlet. Klub ini telah aktif mengikuti berbagai turnamen sepak takraw, salah satunya adalah turnamen antar pelajar se-Sumatera Utara yang diselenggarakan di Tanjung Morawa. Prestasi klub ini tidak diragukan lagi, karena mereka berhasil meraih medali emas dalam turnamen tersebut.

Kelebihan STC Bomper terletak pada kehadiran pelatih berpengalaman dan anggota klub yang mayoritas berusia remaja, berkisar antara 15-18 tahun. Mereka menunjukkan semangat yang tak kenal lelah dalam latihan sepak takraw, dengan jadwal rutin latihan enam kali seminggu. Kemampuan motorik yang unggul menjadi ciri khas setiap atlet STC Bomper Serdang Bedagai. Dengan demikian, klub ini memiliki potensi besar untuk mengembangkan bakat-bakat masa depan. Selain itu, fasilitas yang disediakan sangat memadai, didukung langsung oleh Dispora Serdang Bedagai yang baru-baru ini diperbaharui dan bisa digunakan untuk latihan sejak tanggal 28 Februari 2024. Ini tentunya akan memberikan dorongan tambahan bagi semangat para atlet untuk terus meningkatkan kualitas Latihan mereka.

Selain itu, konsistensi atlet dalam kehadiran latihan masih rendah, dengan tidak semua atlet hadir setiap kali latihan dilaksanakan. Meskipun telah mengikuti dua kejuaraan sejak pembentukannya, dengan satu kekalahan dan satu medali pada

kejuaraan antar pelajar, STC Bomper Serdang Bedagai mengalami kemajuan dari hasil latihan. Namun, dalam observasi yang dilakukan, terlihat bahwa atlet cenderung kurang terampil dalam melakukan pertahanan khususnya Ketika menerima bola pertama dari tim lawan, lebih memilih untuk melakukan servis bawah. Padahal, keterampilan menerima bola yang baik memiliki potensi untuk menjadi awalan untuk memulai serangan pertama yang efektif dalam permainan sepak takraw. Berdasarkan temuan ini, penulis berencana untuk mengangkat topik penelitian tentang teknik menerima bola pertama dalam olahraga sepak takraw. Penerimaan bola pertama, atau yang sering disebut sebagai "*Receive*", merupakan salah satu aspek penting dalam permainan sepak takraw karena dapat menentukan alur serangan dan keberhasilan tim dalam mengembangkan strategi permainan. Penelitian ini akan difokuskan pada teknik-teknik dasar, faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas penerimaan, serta bagaimana penerimaan bola pertama yang baik dapat memberikan keuntungan kompetitif bagi tim. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan baru untuk pelatihan dan peningkatan performa pemain sepak takraw. penerimaan yang buruk dapat mengganggu alur permainan, membuat tim kehilangan keseimbangan, dan memberi peluang bagi lawan untuk menyerang balik dengan lebih mudah. Oleh karena itu, kemampuan menerima bola dengan baik menjadi kunci untuk menciptakan peluang dan menjaga pertahanan dalam permainan sepak takraw. Data awal dari tes keterampilan menerima bola pertama menunjukkan hasil seperti yang tercantum dalam tabel di bawah ini :

Tabel 1. 1 Data Awal Tes Menerima Bola Pertama STC Bomper Serdang Bedagai

No	Nama	Frekuensi										Total	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1.	Arrasyid	0	1	1	2	1	0	2	1	0	1	9	Sangat Kurang

2.	Azmy	1	1	0	0	1	1	2	1	1	0	8	Sangat Kurang
3.	Reza	1	1	0	0	1	2	1	0	1	1	8	Sangat Kurang
4.	Riandi	0	1	1	0	1	2	2	1	1	1	10	Kurang
5.	Argian	1	0	1	1	2	2	0	0	1	1	9	Sangat Kurang
6.	Addin	1	1	1	0	1	2	1	1	2	1	11	Kurang
7.	Rafa	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	9	Sangat Kurang
8.	Bagas	1	1	0	1	2	0	1	0	1	0	7	Sangat Kurang
9.	Wahyu	0	1	2	0	1	2	0	0	1	1	8	Sangat Kurang
10.	Dika	1	1	2	1	1	2	1	1	1	0	11	Kurang

Dari data di atas, berdasarkan norma tes menerima bola pertama (Sulaiman 2011:02), terlihat bahwa kemampuan dalam menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper masih sangat rendah dan banyak kelemahannya. Kurangnya latihan khusus untuk meningkatkan kemampuan menerima bola pertama menjadi penyebab utama kelemahan ini. Saat bermain, menerima bola pertama mereka masih belum optimal, menyebabkan hasil yang diharapkan tidak tercapai. Beberapa masalah yang sering muncul saat menerima bola pertama termasuk ketidaktepatan Angkatan bola, seringkali bola sulit untuk dikembalikan kepada pihak lawan, dan terkadang bola keluar dari daerah lapangan lawan, menyebabkan tim mengalami kerugian dengan kehilangan angka. Karena pentingnya menerima bola pertama dalam permainan sepak takraw, diperlukan latihan rutin secara efektif dan efisien agar atlet dapat menguasai teknik tersebut dengan baik sehingga mampu mendominasi pertandingan. Saat ini, pelatih belum menerapkan metode latihan yang fokus pada menerima bola pertama dengan menggunakan metode Latihan *Bounce Kick Ball* dan Latihan *Wall Pass*. Program latihan yang diterapkan lebih banyak memusatkan pada pengembangan kemampuan servis dan smash dalam setiap sesi latihan. Oleh karena itu, perlu penekanan lebih lanjut pada latihan yang bertujuan meningkatkan keterampilan menerima bola pertama dalam sepak takraw. Oleh sebab itu isu pada penelitian saya adalah “Pemberian metode Latihan *Bounce Kick Ball* dan Latihan *Wall Pass* Untuk

Mengatasi Kurangnya Keterampilan Menerima Bola Pertama Pada Atlet Sepak Takraw STC Bomper Serdang Bedagai Tahun 2024”

1.2. Identifikasi Masalah

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

1. Kurangnya Keterampilan Menerima Bola Pertama atlet STC Bomper Serdang Bedagai.
2. Belum adanya Konsistensi Latihan dan Program Latihan yang Terstruktur untuk Latihan menerima bola pertama
3. Belum diketahui latihan *Bounce kick Ball* dan Latihan *Wall Pass* dapat memberikan pengaruh positif terhadap hasil kemampuan servis atas sepak takraw pada atlet STC Bomper Serdang Bedagai.

1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini akan memusatkan perhatian pada keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw yang tergabung dalam klub STC Bomper Serdang Bedagai. Fokus utama penelitian adalah untuk mengevaluasi pengaruh dua metode latihan, yakni latihan *Bounce kick ball* dan latihan *Wall Pass*, terhadap kemampuan menerima bola pertama. Namun, penelitian ini tidak akan melibatkan faktor-faktor eksternal yang mungkin memengaruhi keterampilan tersebut, seperti kondisi fisik atau mental atlet, serta faktor lingkungan atau kebijakan organisasi klub. Data yang akan digunakan bersumber dari hasil tes keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai. Penelitian ini akan dilakukan dalam konteks klub sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai di tahun 2024. Waktu penelitian terbatas pada periode tertentu dalam tahun 2024, sehingga tidak

memperhitungkan perubahan atau perkembangan lebih lanjut setelah periode tersebut.

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. Bagaimana pengaruh latihan *Bounce Kick Ball* terhadap keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai di tahun 2024?
2. Apakah latihan *Wall Pass* dapat meningkatkan keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai di tahun 2024?
3. Sejauh mana efektivitas latihan *Bounce Kick Ball* dan latihan *Wall Pass* dalam meningkatkan keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai di tahun 2024?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan di atas, Penelitian ini mempunyai tujuan untuk;

1. Untuk mengetahui sejauh mana pengaruh latihan *Bounce Kick Ball* terhadap keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai tahun 2024.

2. Untuk mengetahui apakah latihan *Wall Pass* dapat meningkatkan keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai tahun 2024.
3. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan pengaruh dari pemberian metode Latihan *Bounce Kick Ball* dan Latihan *Wall Pass* terhadap keterampilan menerima bola pertama pada atlet sepak takraw STC Bomper Serdang Bedagai tahun 2024.

1.6. Manfaat Hasil Penelitian

Berdasarkan dari paparan dan permasalahan diatas, Manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memiliki potensi untuk memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman teoritis tentang efektivitas metode latihan tertentu dalam meningkatkan keterampilan menerima bola pertama dalam olahraga sepak takraw. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi pengetahuan baru yang berharga dalam literatur olahraga, terutama terkait dengan pengembangan teknik dan strategi latihan dalam olahraga ini. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dalam bidang pelatihan olahraga, baik dalam konteks olahraga sepak takraw maupun olahraga lainnya. Dengan demikian, penelitian ini berpotensi menginspirasi penelitian lebih lanjut tentang pengembangan metode latihan yang inovatif dan efektif dalam meningkatkan keterampilan atlet, sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih luas bagi pengembangan dunia olahraga secara keseluruhan.

2. Manfaat Praktis

- a. Mengetahui manfaat dari latihan sepak sila berpasangan untuk meningkatkan keterampilan menerima bola pertama.
- b. Pengaruh latihan sepak sila berpasangan dan sepak sila ketembok ini dapat memberikan informasi latihan sepak sila berpasangan dan sepak sila ketembok terhadap keterampilan menerima bola pertama dapat memberikan masukan untuk pelatih tentang model dan metode latihan.
- c. Dapat dijadikan bahan pertimbangan dan pembandingan bagi pelatih dalam materi latihan teknik dalam melakukan latihan menerima bola pertama dengan model latihan sepak sila berpasangan dan sepak sila ketembok.

