

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Sejumlah permainan seperti *rounders*, kelelawar, *theque*, kriket, kasti, *stoolball*, dan lain-lain merupakan olahraga yang mirip dengan *baseball*, sampai saat ini olahraga *baseball* masih belum jelas asal usulnya karena banyak permainan yang mendekati dan mempunyai karakteristik yang hampir sama dengan olahraga *baseball*, selain itu ada beberapa permainan di atas yang mirip dengan *baseball* bukan bukan dari amerika saja tetapi ada yang berasal dari perancis, irlandia, kanada, dan inggris.

Baseball adalah olahraga permainan yang mulai populer di dunia. Hal ini terbukti dengan banyaknya pertandingan-pertandingan Nasional dan Internasional antar Negara dan liga-liga yang mulai meningkat di beberapa negara seperti Amerika, Jepang, dan Negara lain

Dalam perkembangan *baseball* di Indonesia tidak terlepas dari perkembangan *softball*, kerena keduanya mempunyai karakteristik dan jenis permainan yang hampir sama. Sebelum perang kemerdekaan sebetulnya *baseball-softball* sudah ada yang melakukannya di Indonesia, namun sifatnya masih sangat terbatas. Artinya hanya dimainkan di sekolah-sekolah tertentu saja.

Baseball kini merupakan olahraga yang mulai di gemari masyarakat di Indonesia, Hal ini terbukti bahwa *Baseball* mulai berkembang di kota-kota besar seperti di Jakarta, Bandung, Palembang, Semarang, Surabaya dan kota besar lainnya. Namun perkembangan *Baseball* belum sepenuhnya merata kedaerah kota/kabupaten. Tidak adanya lapangan dan mahalnya peralatan *baseball* merupakan kendala utama dalam olahraga ini bagi masyarakat di daerah. Di Indonesia walaupun banyak kendala, tetapi dewasa ini olahragabaseball mulai berkembang, bahkan di beberapa sekolah dasar sampai menengah atas dan perguruan tinggi ada ekskul tentang *baseball-softball* dan saat ini para orang tua

khususnya di daerah perkotaan besar mulai memasukkan puteranya untuk ikut di klub-klub yang ada di sekitar daerah tersebut. Perkembangan klub di Indonesia bisa dikatakan sangat pesat, dapat terlihat di Jawa Barat khususnya banyak berdiri perkumpulan *baseball-softball* diantaranya NISP, Rusa Hitam, Bumi Asri, Lodaya, *Gorgeus*, *Doberman*, *Black Diamond* dan *Red Fox*. Selain itu Sekolah yang mempunyai ekstrakurikuler diantaranya SMAN 2 Bandung, SMAN 8 Bandung, SMAN 7 Bandung, SMA 5 Bandung, SMAN 22 Bandung, dll.

Olahraga *baseball* adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari sembilan orang untuk bertahan (*defensive*) dan dapat pula di tambah oleh seorang pemukul DH (*designated hitter*) untuk menyerang (*offensive*). Pemenang dalam permainan *baseball* ditentukan dengan sistem *point*. maka dari itu regu yang berhasil mengumpulkan *point* sebanyak-banyaknya dengan cara berlari dan menyentuh tiap *base* hingga kembali ke *home plate* tanpa mati maka dia yang menang.

Lama dari permainan *baseball* di tentukan dengan *inning*, setiap regu mendapat kesempatan sembilan kali untuk menjaga (*defensive*) dan sembilan kali untuk menyerang (*offensive*). Regu penyerang akan menjadi regu penjaga apabila telah terjadi tiga kali mati, begitu pun sebaliknya, regu penjaga akan mendapat giliran untuk menyerang setelah dapat mematikan tiga orang regu penyerang. Namun pada kenyataannya regu penyerang akan berusaha semaksimal mungkin untuk dapat memukul maupun melakukan strategi untuk selamat sampai di *base* satu, *base* dua, dan *base* tiga bahkan mencapai *home plate* untuk menghasilkan *point* sebanyak mungkin.

Sedangkan regu bertahan berusaha untuk mempersulit dan mematikan *batter* dalam memukul bola melalui *pitcher* yang ada di regunya, dalam permainan *baseball*, seorang *pitcher* berperan penting untuk mempersulit *batter* di dalam *batter box*, untuk dapat mempersulit *batter* ada banyak hal yang bisa dilakukan seperti melempar bola dengan sangat cepat, menempatkan bola lemparan dekat dengan *batter* (*in side*), menempatkan bola lemparan jauh dari jangkauan *batter* (*out side*), membelokan bola lemparan kesamping (*curve*),

membelokan bola ke bawah (*down ball*), jarak antara posisi *pitcher* melempar merupakan permasalahan tersendiri untuk melempar bola dengan kecepatan tinggi. *Pitcher* yang dapat melempar bola dengan baik merupakan aset yang sangat penting dalam sebuah tim, oleh karena itu, dalam sebuah tim pasti membutuhkan lebih dari seorang *pitcher* karena tugas seorang *pitcher* itu sangat berat bisa melempar bola lebih dari 100 kali dan harus dengan kecepatan yang maksimal, begitu pun dengan lemparan pemain lain pada posisinya. Setiap pemain baseball memerlukan lemparan yang sangat cepat baik di posisi *infield* maupun di posisi *out field*. Posisi *infield* mutlak mengharuskan setiap pemainnya untuk melempar secepat mungkin untuk mematikan seorang pelari yang menuju *base* di depannya, begitupun dalam posisi *out field*. Posisi ini adalah pertahanan terakhir dari sebuah tim yang tentunya pasti membutuhkan lemparan yang sangat cepat karena mengingat posisi ini berada paling jauh dari *home plate* maka lemparan yang sangat cepat mutlak harus dimiliki seorang pemain walaupun posisi ini tidak diuntut mematikan seorang pelari namun tidak menutup kemungkinan untuk mematikan seorang pelari yang memaksa untuk ekstra *base*. maka dari itu menurut penulis *power* lengan dan panjang lengan merupakan hal yang penting dalam olahraga ini, hal ini merupakan salah satu ciri khas dalam permainan olahraga *baseball*.

Setelah disebutkan di atas sangat jelas bahwa lemparan mempunyai peran sangat penting dalam permainan *baseball*, kecepatan lemparan, *spin* bola dan teknik yang di sebutkan di atas harus di kuasai oleh seorang pemain *baseball* di samping itu untuk melewati *inning* demi *inning* pemain harus melakukan banyak lemparan. Oleh sebab itu, *power* merupakan hal yang sangat penting dan berpengaruh besar dalam melakukan lemparan.

Ada beberapa hal yang mempengaruhi keberhasilan dalam melakukan lemparan agar lemparan bola dapat mengenai sasaran dengan baik, antara lain:

1. Telunjuk dan jari tengah berdekatan tetapi tidak lengket rapat, dan ditempatkan silang dengan jahitan bola.
2. Jari jempol berada di bawah bola di antara kedua jari di bagian atas.

3. Seharusnya ada antara sedikit antara telapak tangan dengan bola dan kedua jari yang lain berada di sisi bola dan tidak kaku.

Terdapat beberapa jenis lemparan dalam permainan *baseball* seperti melempar dari atas, melempar dari samping dan melempar dari bawah tetapi dalam permainan *baseball* cenderung menggunakan lemparan atas karena dari segi jarak yang sangat jauh dan sesekali menggunakan lemparan samping khususnya di posisi *infield* untuk lemparan bawah biasanya di gunakan apabila posisi yang dekat dengan *base* dan harus beradu cepat dengan pelari.

Dalam posisi *pitcher* ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam pola gerak lengan dan tubuh untuk posisi melempar, seperti yang dijelaskan oleh Hadinata(1986, hlm.40) yaitu:

1. Berdiri menghadap penangkap bola (catcher) dengan jari kaki kanan sedikit di atas plate
2. Untuk memompa, ayunkan lengan ke belakang, lalu ke depan
3. Sebelum mengayunkan lengan yang melempar itu ke depan, langkahkanlah kaki kiri ke depan, lurus dan di arahkan ke plate.
4. Maka sekaranglah lengan yang mengayun ke depan dan bersamaan dengan memutar pinggul dan kaki kanan membantu memperkuat lemparan.
5. Sesudah bola meninggalkan tangan tetap gerakan lengan secara alami.

Perkembangan *baseball* di Indonesia dewasa ini sudah pesat baik dari segi komponen kondisi fisik, teknik dan juga taktik. Maka dari itu untuk bermain olahraga *baseball* yang handal tidak bisa dilakukan hanya dengan latihan yang singkat, namun harus melalui proses pelatihan agar dapat menguasai teknik dasar yang baik. Pentingnya penguasaan teknik dasar di jelaskan oleh Harsono (1988, hlm. 100) bahwa:“Kesempurnaan teknik-teknik dasar dari setiap gerakan adalah penting oleh karena akan menentukan gerakan keseluruhan”. Oleh karena itu dalam suatu proses pelatihan, bentuk teknik gerak dasar yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga harus dilatih dan dikuasai secara sempurna.

Adapun teknik-teknik dasar yang harus di kuasai untuk bermain *baseball* seperti yang dijelaskan oleh Hadinata (1986, hlm.8) yaitu:“1.Memukul bola 2. Lari antar *base* 3. *Sliding* 4.*Stealing* 5. Melempar 6.*Catching*”.

Cabang Olahraga *Baseball* boleh dikatakan olahraga yang mulai digemari anak-anak muda, terutama para pelajar dan mahasiswa. Biasanya para pemain mempergunakan seragam olahraga yang menarik, dengan disertai teriakan-teriakan istilah bahasa asing ketika mereka sedang bermain. Situasi dan kondisi ini sangat mendukung untuk perkembangan dan proses pembinaan olahraga *baseball*.

Lengan memiliki peranan yang sangat penting untuk melempar bola dengan sangat cepat, disamping dengan *power*, hasil ayunan lengan akan berpengaruh terhadap kecepatan dengan asumsi bahwa semakin panjang lengan seseorang, maka semakin besar pula momentum lengan orang tersebut. sehingga bila di bandingkan dengan seseorang yang memiliki lengan pendek, yang membedakan dari keduanya tersebut adalah momentum dan jangkauannya.

Maka dari itu agar dihasilkan lemparan yang sangat cepat seorang pemain menggunakan lemparan atas (*overhand throw*) seperti yang di kemukakan oleh Hadinata(1986, hlm.40) yaitu: “Kebanyakan pelatih menasehati *pitcher* yang mudah untuk menggunakan cara *overhand*. Begitu pun apabila hal yang sama dapat diterapkan kan oleh pemain lainnya, di sini anda dapat membawa tangan anda ke depan, sedikit lebih bawah dari ketinggian bahu. Dengan demikian lengan tidak terlalu tegang dan tidak terlalu banyak bekerja”.

Selain aspek teknik yang mendukung kecepatan lemparan, terdapat pula aspek fisik yang dapat menunjang kecepatan lemparan. Adapun komponen fisik yang diperlukan dalam kecepatan melempar yaitu antara lain panjang lengan. Hadinata (1986, hlm.41) mengemukakan bahwa: “Agar tubuh dapat melempar dengan baikanda harus melakukan gerakan memompa. Untuk memompa ini anda ayunkan lengan ke belakang lalu ke depan”. Panjang lengan erat kaitanya dengan tinggi badan seseorang, artinya berbanding lurus antara tinggi badan dengan panjang lengan, orang yang mempunyai badan yang tinggi pasti mempunyai lengan yang panjang.

Namun semua itu belum lengkap apabila tidak menyertakan hal yang sangat penting dalam melakukan lemparan yaitu *Power*. Mengenai pentingnya

power dalam olahraga, Harsono (1988, hlm.200) menjelaskan bahwa: “*power* terutama sangat penting dimana atlet harus mengerahkan tenaga yang eksplosif”. Artinya untuk mengerahkan tenaga yang eksplosif dalam cabang olahraga diperlukan unsur *power*, begitu juga ketika melakukan lemparan dalam permainan *Baseball*.

Banyak upaya yang dilakukan agar lemparan cepat ke arah sasaran yang dituju salah satunya dengan memperbaiki teknik lemparan dan memperhatikan faktor-faktor pendukung lainnya, namun penulis ingin mengetahui apakah terdapat dukungan yang signifikan dari panjang lengan dan *power* lengan terhadap kecepatan lemparan pada seorang pemain *baseball*.

Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kontribusi Panjang Lengan dan *Power* Lengan Terhadap Kecepatan Lemparan Pemain *Baseball* Atlet Klub BUMI ASRI Kabupaten Bandung”.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Baseball merupakan permainan yang sangat cepat dan dinamis, menuntut pemainnya bergerak dalam lapangan yang besar sesuai dengan wilayahnya ketika tim sedang dalam posisi *defensive*. Dalam permainannya *Baseball* membutuhkan kondisi fisik yang sangat dan mekanika gerak yang sangat baik, hal ini akan sangat mendukung penampilan dan performa atlet di lapangan selama permainan.

Dengan terus berkembangnya *baseball* di Indonesia maupun dunia, kini *baseball* tidak hanya di kenal sebagai olahraga permainan namun juga sebagai olahraga prestasi yang mulai populer, hal ini dibuktikan dengan mulai maraknya pertandingan dan kompetisi lokal maupun internasional.

Hal ini tentu saja menjadikan banyaknya tuntutan prestasi yang bisa dicapai melalui olahraga *Baseball*, banyak faktor yang mempengaruhi prestasi dalam satu cabang olahraga termasuk *baseball*. Salah satu faktor utamanya adalah kondisi fisik seperti *power* lengan dan dari unsur antropometri seperti panjang lengan yang di dukung oleh biomekanika gerak yang baik akan mampu menunjang permainan atlet dalam bermain atau bertanding.

Carudin, 2014

Kontribusi Panjang Lengan Dan Power Lengan Terhadap Kecepatan Lemparan Pemain Baseball Atlet Klub Bumi Asri Kabupaten Bandung

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Faktor-faktor di atas sangat di butuhkan ketika pemain akan melempar dan memukul bola. Dengan karakteristik tersebut khususnya bagi seorang pemain sangat penting dalam melakukan lemparannya agar bola yang dilempar melaju dengan cepat kearah base yang dituju seorang pelari.

Dalam olahraga *Baseball* lemparan merupakan hal yang sangat krusial dan wajib di miliki bagi setiap pemain, karena hal tersebut merupakan senjata utama bagi setiap tim untuk dapat menahan poin dan mematikan pelari. Lemparan yang cepat dan tepat ketika sedang *defensive* merupakan senjata baik ketika sedang bermain sebagai penjaga untuk melempar ke *base*.

C. Rumusan Masalah

Sesuai uraian diatas bahwa lemparan seorang pemain merupakan kunci atau modal utama dari suatu tim untuk menahan *poin* lawan atau mematikan pelari, mempersulit *batter* (*posisi pitcher*) tim lawan untuk menuju *base* di depannya. maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah panjang lengan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecepatan lemparan seorang pemain pada cabang olahraga *baseball*?
2. Apakah *power* lengan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecepatan lemparan *pitcher* pada cabang olahraga *baseball*?
3. Apakah panjang lengan dan *power* lengan secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecepatan lemparan pemain pada cabang olahraga *baseball*?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Untuk mengetahui kontribusi panjang lengan terhadap kecepatan lemparan pemain dalam olahraga *baseball*.
2. Untuk mengetahui kontribusi *power* lengan terhadap kecepatan lemparan pemain dalam cabang olahraga *baseball*.

3. Untuk mengetahui kontribusi panjang dan *power* lengan secara bersama-sama terhadap kecepatan lemparan pemain dalam olahraga *baseball*.

E. Manfaat Penelitian

a. Secara teoritis:

Dalam setiap penelitian atau penulisan seseorang atau kelompok, diharapkan dapat bermanfaat bagi dirinya maupun bagi masyarakat umum. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat berdampak positif dan berguna sebagai:

1. Bahan untuk memantapkan teori tentang teknik melempar dalam permainan *baseball* yang sudah ada.
2. Bahan informasi dan referensi bagi para peneliti selanjutnya yang hendak meneliti tentang permasalahan olahraga *baseball*.
3. Sebagai bahan informasi terhadap atlet, Pelatih dan Pembina untuk memberikan program latihan kepada para Atletnya.

b. Secara praktis:

1. Menyumbangkan pemikiran kepada atlet, pelatih dan pembina yang berada di lingkungan PERBASASI.
2. Peneliti, untuk menentukan atlet-atlet yang menguasai keterampilan dalam melakukan teknik melempar, sehingga dapat di ketahui kekurangan-kekurangan yang belum di kuasai oleh atlet-atlet *baseball*.

F. Struktur organisasi skripsi

Untuk mempermudah dalam membahas dan menyusun selanjutnya, maka berikut rencana penulis untuk membuat kerangka penulisan yang akan di uraikan berdasarkan sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar belakang penelitian
- B. Identifikasi masalah penelitian
- C. Rumusan masalah
- D. Tujuan penelitian

- E. Manfaat penelitian
- F. Struktur organisasi skripsi.

BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS

A. KAJIAN PUSTAKA

1. Hakikat Cabang Olahraga *Baseball*
2. Kondisi Fisik

B. Kerangka Pemikiran

C. Hipotesis

BAB III METODE PENELITIAN

- A. Waktu, Lokasi, Populasi dan Sampel
- B. Desain Penelitian
- C. Metode Penelitian
- D. Definisi Operasional.
- E. Instrumen Penelitian
- F. Prosedur Penelitian
- G. Tata Cara Pelaksanaan Tes
- H. Prosedur pengolahan data

BAB IV HASIL PENELITIAN

- A. Kesimpulan
- B. Diskusi temuan

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

- A. Kesimpulan penelitian
- B. Saran.