

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak takraw adalah sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan berbentuk empat persegi panjang. Lapangan dibatasi dengan net dengan menggunakan bola yang terbuat dari rotan atau plastik yang di anyam bulat. Permainan ini dilakukan oleh dua regu dengan tujuan memainkan bola serta mengembalikannya ke lapangan lawan. Dalam memainkannya dapat menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali lengan. Diawali dengan servis yang dilakukan di dalam lingkaran daerah servis, seorang pemukul yang bertugas melakukan servis disebut tekong. Setelah servis dilakukan dan berhasil melewati net kemudian pihak lawan memainkan bola maksimal tiga kali sentuhan baik oleh seorang maupun rekan satu team untuk kembali disebrangkan diatas net agar bola jatuh di petaklawan.

Agar dapat bermain sepak takraw dengan baik, atlet harus memiliki kemampuan dan keterampilan yang baik pula. Penguasaan teknik dasar yang harus dimiliki dalam sepak takraw meliputi sepakan, heading, memaha, servis, smes dan block. Bagian-bagian teknik sepakan meliputi sepak sila, sepak kura, sepak tapak, sepak badek dan sepak mula (servis). Mulai dari permulaan permainan sampai

membuat angka atau point gerakan sepakan merupakan gerakan yang dominan dilakukan pemain.

Penguasaan keterampilan yang baik hanya dapat diperoleh dari proses latihan yang sistematis, berulang-ulang serta menerapkan system beban lebih. Hal ini seperti yang dikatakan Harsono (1988:103) sebagai berikut:

Kalau beban latihan terlalu ringan dan tidak ditambah (tidak diberi overload), maka berapa lama pun kita berlatih, atau sampai bagaimanapun kita mengulang-ulang latihan tersebut, peningkatan prestasi tidak akan mungkin.

Penerapan prinsip beban lebih merupakan faktor yang sangat penting dalam melakukan latihan, karena tanpa penerapan prinsip ini dalam latihan. Prinsip beban lebih ini berlaku untuk aspek-aspek dalam latihan fisik, teknik, taktik dan latihan mental. Beberapa hal yang berhubungan dengan beban latihan harus diberikan kepada atlet cukup berat bebannya, akan tetapi dalam batas-batas kemampuan atlet untuk dicapai, sehingga atlet akan beradaptasi dengan beban tersebut. Beban latihan harus melewati ambang rangsang kepekaan, dengan demikian kemampuannya akan meningkat, karena beban latihan yang ringan tidak akan meningkatkan prestasi. Akan tetapi sebaliknya beban latihan yang terlalu berat tidak akan meningkatkan kemampuan atlet, oleh karena itu beban latihan harus diberikan secara bertahap sesuai dengan kemampuan masing-masing individu atlet.

Keterampilan teknik bermain sepak takraw adalah cara memainkan bola yang efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai

Indika Panji Respati, 2013

Pengaruh Latihan Berbasis Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Servis Pada Permainan Sepak Takraw Atlet PPLPD Kab.Subang

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

hasil yang optimal. Teknik yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang sudah teruji dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik tersebut. Misalnya biomekanika, anatomi, fisiologi, kinesiologi, dan ilmu-ilmu pngangan lainnya.

Teknik servis dalam permainan sepak takraw merupakan elemen cukup penting dalam permainan. Penguasaan servis yang baik akan membantu menggagalkan serangan yang dirancang pihak lawan. Dan servis merupakan elemen pertama yang menyajikan permainan. Suatu servis yang efektif membuka jalan untuk memperoleh point. Servis yang gagal berarti hilangnya kemungkinan untuk mendapatkan point, oleh karena itu janganlah membuat kesalahan dalam membuat servis.

Servis dalam permainan sepak takraw dilakukan dengan dua cara, yang pertama menggunakan kaki bagian dalam dan yang kedua menggunakan punggung kaki. Dari kedua cara dalam melakukan servis faktor terpenting adalah ketepatan dalam menempatkan bola sehingga lawan akan merasa kesusahan dalam menerima bola.

Bola hasil servis harus ditempatkan sedemikian rupa sehingga membuat regu lawan tidak dapat mengembalikan bola atau tidak dapat meneruskan bola dalam bentuk serangan. Ketepatan merupakan hal yang terpenting dalam servis, ini merupakan tujuan utama dalam melakukan servis.

Ketepatan yang dimaksud menurut pendapat SAJOTO (1995:9) adalah “Seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran. Sasaran ini dapat berupa jarak atau mungkin suatu objek langsung yang harus dikenai dengan salah satu bagian tubuh”.

Upaya-upaya meningkatkan dengan cara latihan yang berulang-ulang yang dilakukan sesuai dengan prinsip-prinsip dasar latihan, dan bentuk latihan yang dipilih biasanya merujuk pada sasaran, baik sasaran yang diam atau tetap serta sasaran yang berubah-ubah. Semakin banyaknya pengulangan dalam latihan maka tingkat kesalahan dapat diperkecil dan tingkat ketepatan semakin besar.

Berkaitan dengan usaha-usaha dalam melatih teknik dasar, pelatih harus mampu mengembangkan dan menerapkan model-model latihan yang konstruktif yang sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai. Termasuk diantaranya penggunaan alat atau media yang dibutuhkan untuk mempermudah proses serta mempercepat kemahiran penguasaan keterampilan yang bermutu.

Penggunaan media berlatih dapat dijadikan sebagai bahan kajian dalam meningkatkan motivasi dalam latihan. Seringkali nasihat-nasihat atau wejangan-wejangan dari pelatih dibutuhkan untuk membangkitkan motivasi atlet. Akan tetapi terkadang seringkali nasihat-nasihat yang diberikan oleh pelatih akan menimbulkan pengaruh-pengaruh yang negatif. Dalam keadaan demikian sering kali pemberitaan yang baik, pemberian slogan-slogan yang baik, gambar-gambar atau film akan lebih efektif hasilnya.

Indika Panji Respati, 2013

Pengaruh Latihan Berbasis Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Servis Pada Permainan Sepak Takraw Atlet PPLPD Kab.Subang

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Berkaitan dengan usaha-usaha dan bentuk-bentuk latihan yang diberikan dan diterapkan dalam melatih teknik dasar. Penggunaan media atau alat bantu latihan dapat dipergunakan dalam proses latihan. Penggunaan Media Audio Visual dapat diterapkan dalam membantu mengembangkan khayalan mental mengenai suatu gerakan atau keterampilan tertentu. Dengan menggunakan Media Audio Visual atau disebut juga media video terdapat dua unsur pesan yang dapat disampaikan sekaligus yaitu Audio dan visual.

Penggunaan media Audio Visual dalam latihan teknik dasar khususnya dalam melatih servis, atlet dapat melihat, mengamati, memperhatikan, dan mengembangkan dengan sesama suatu pola gerakan tertentu dan kemudian mengingat kembali gerakan tersebut.

Atas dasar penjelasan latar belakang, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian ilmiah mengenai pengaruh “Latihan Berbasis Media Audio-Visual terhadap peningkatan hasil servis pada permainan sepak takraw ATLET PPLPD Kab. Subang”.

B. MASALAH PENELITIAN

Bertitik tolak pada latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti penggunaan media Audio Visual terhadap ketepatan servis dalam permainan sepak takraw. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Indika Panji Respati, 2013

Pengaruh Latihan Berbasis Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Servis Pada Permainan Sepak Takraw Atlet PPLPD Kab.Subang

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

1. Apakah terdapat pengaruh latihan berbasis media audio visual terhadap peningkatan kecepatan servis pada permainan sepak takraw.
2. Apakah terdapat pengaruh latihan berbasis audio visual terhadap peningkatan akurasi servis pada permainan sepak takraw.

C. TUJUAN PENELITIAN

Sesuai dengan masalah yang penulis rumuskan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui dampak atau pengaruh latihan berbasis media audio visual terhadap peningkatan kecepatan servis pada permainan sepak takraw.
2. Untuk mengetahui dampak atau pengaruh latihan berbasis media audio visual terhadap peningkatan akurasi servis pada permainan sepak takraw.

D. MANFAAT PENELITIAN

Jika hasil penelitian ini memberikan sumbangan yang berarti dalam meningkatkan kemampuan servis dalam permainan sepak takraw. Maka kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sumbangan pemikiran bagi peningkatan prestasi olahraga khususnya cabang olahraga sepak takraw.

Indika Panji Respati, 2013

Pengaruh Latihan Berbasis Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Servis Pada Permainan Sepak Takraw Atlet PPLPD Kab.Subang

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

2. Secara teoritis memberikan informasi mengenai pengaruh atau dampak dari penggunaan media audio visual terhadap peningkatan servis pada permainan sepak takraw.
3. Sebagai bahan acuan bagi pembaca yang menyelidiki hal-hal yang berhubungan dengan penggunaan audio visual dengan latihan teknik dasar khususnya servis dalam permainan sepak takraw.

E. ANGGAPAN DASAR

Anggapan dasar atau asumsi diperlukan dalam sebuah penelitian sebagai pegangan dan dijadikan sebagai titik tolak penelitian untuk memecahkan suatu permasalahan. Hal ini sesuai dengan pendapat Surachmad (1990:38) bahwa: Anggapan dasar, asumsi atau postulat yang menjadi tumpuan segala pandangan dan kegiatan terhadap masalah yang dihadapi. Postulat ini menjadi titik pangkal, titik dimana tidak menjadi keragu-raguan penyelidik. Dari pendapat tersebut dapat penulis tafsirkan sebagai titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima penyelidik.

Berdasarkan uraian diatas, sebagai titik tolak perkiraan dalam penelitian ini adalah:

1. Media audio visual disebut juga sebagai media video, yang merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan suatu pesan. Dalam media video terdapat dua unsur yang saling bersatu yaitu audio dan visual. Adanya unsur

audio dapat memungkinkan atlet untuk dapat menerima pesan latihan atau pembelajaran melalui pendengaran. Sedangkan unsur visual memungkinkan penciptaan pesan melalui bentuk visualisasi.

2. Video merupakan media yang tepat untuk memperlihatkan contoh keterampilan yang berkaitan dengan gerak. Dengan media dijelaskan baik dengan cara memperlambat maupun mempercepat gerakan yang ditampilkan.
3. Melalui video dapat langsung mendapat umpan balik secara visual terhadap kemampuan atlet itu sendiri sehingga mampu mencoba keterampilan gerak yang menyangkut gerakan tadi.
4. Atlet dilatih untuk mampu membentuk khayalan-khayalan mental. Hal ini seperti pendapat Eberspacher yang dikutip Harsono(1988:259) sebagai berikut:

“Kepada atlet diperlihatkan suatu pola gerak, misalnya suatu pola gerak judo yang baru yang masih asing bagi para atlet. Demonstrasi ini dapat diberikan melalui video atau film. Atlet diminta untuk memperhatikan dan mengamati demonstrasi tersebut dengan seksama dan konsentrasi penuh. Konsentrasi ini penting sekali karena dengan konsentrasi biasanya akan diperoleh dimensi kognitif yang kuat”.
5. Servis dalam permainan sepak takraw merupakan servis mula yang dilakukan oleh seorang tekong dari daerah servis ditujukan langsung ke lapang lawan.

Suatu servis yang efektif membuka jalan memperoleh angka, servis yang

gagal berarti hilangnya angka. Oleh karena itu janganlah membuat kesalahan pada servis.

F. HIPOTESIS

Hipotesis merupakan jawaban sementara suatu masalah. Jawaban sementara yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dugaan akan hasil yang akan diperoleh sebelum dapat dibuktikan oleh eksperimen didalam mencari kebenaran yang sesungguhnya.

Menurut pendapat Surakhmad(1989:39) mengemukakan sebagai berikut:

“Hipotesis adalah perumusan jawaban sementara terhadap suatu soal yang dimaksudkan sebagai suatu tuntutan sementara dalam penelitian untuk mencari jawaban yang sebenarnya. Hipotesis ini ditarik postulat-postulat dan tidak harus selalu merupakan jawaban yang dianggap mutlak benar atau yang harus dapat dibenarkan oleh peneliti, walaupun selalu diharapkan terjadi demikian”.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka hipotesis yang penulis kemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. “Terdapat pengaruh yang signifikan pada atlet yang melakukan latihan berbasis media audio visual terhadap peningkatan hasil servis dalam permainan sepak takraw PPLPD Kab. Subang”.

G. BATASAN PENELITIAN

Pembatasan penelitian sangat diperlukan dalam setiap penelitian agar masalah yang diteliti lebih terarah. Mengenai pembatasan masalah dijelaskan oleh Surakhmad (1990:36) sebagai berikut:

Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahan: tenaga, kecekatan, waktu, biaya, dan lain sebagainya yang timbul dari rencana tersebut.

Berdasar pada penjelasan di atas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah media audio visual dalam bentuk film atau cuplikan vidio seseorang melakukan servis.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah peningkatan kecepatan dan akurasi servis pada permainan sepak takraw.