

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu cabang olahraga yang kurang diminati oleh masyarakat adalah sepak takraw. Hal ini dapat dilihat dari animo masyarakat dalam menyaksikan pertandingan cabang olahraga sepak takraw kurang antusias, baik itu tingkat sekolah dasar sampai perguruan tinggi atau dari tingkat daerah sampai tingkat nasional.

Harus diakui dalam berbicara prestasi sepak takraw nasional tertinggal dari negara-negara tetangga terutama Thailand dan Malaysia. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor antara lain kalender kegiatan yang sangat kurang, dan kurang berfungsinya pemantauan dalam mencari atlet-atlet sepak takraw yang berbakat dan yang terpenting adalah miskinnya kompetisi. Untuk itulah Pengurus Besar Persatuan Sepak takraw Indonesia (PSTI), untuk dapat melakukan langkah-langkah yang tepat agar prestasi sepak takraw di tanah air tidak semakin ketinggalan dengan negara-negara lain.

Permainan sepak takraw yang dimainkan sekarang ini adalah permainan yang menggunakan bola terbuat dari *fibre*. Bola *fibre* ini ditendang dari kaki ke kaki, memberi umpan kepada kawan dan mensmesh untuk mematikan permainan lawan. Oleh karena itu permainan sepak takraw ini bertujuan mematikan bola di lapangan permainan lawan dan berusaha atau mengusahakan agar bola tidak mati di lapangan sendiri.

Istilah “Sepak takraw” merupakan perpaduan dari dua bahasa yaitu “Sepak” berasal dari bahasa melayu, sedangkan “Takraw” berasal dari bahasa Thailand, yang berarti bola dibuat dengan cara dianyam. Pada tanggal 27 Maret 1965 istilah sepak takraw dibakukan dengan resmi di Stadion Negara Kuala Lumpur Malaysia, pada waktu pesta olahraga Asia Tenggara (SEAP Games) berlangsung.

Sebagai olahraga cabang beregu, sepaktakraw dimainkan di atas lapangan persegi panjang, dengan permukaan yang rata, baik ditempat terbuka (*outdoor*), maupun diruangan tertutup (*indoor*), yang bebas dari rintangan. Sepaktakraw dimainkan oleh dua regu, yang pada tiap regu terdiri dari tiga orang yaitu tekong, apit kanan, dan apit kiri dengan dua orang pemain cadangan, maka kemenangan suatu regu ditentukan oleh banyak faktor, dua faktor diantaranya adalah (1) penguasaan teknik bermain sepaktakraw secara individual dan (2) kerja sama tim (*team work*) yang baik antar pemain dalam sebuah tim atau regu. Semakin sempurna penguasaan tehnik setiap pemain dan kerjasama regu, maka kualitas permainan akan semakin baik apabila di tunjang empat faktor utama yang perlu dipersiapkan dalam melakukan latihan olahraga. Dalam hal ini Bompa (1983:282) menyatakan bahwa:

Empat aspek yang perlu diketahui sangat penting sekali untuk dilatihkan kepada atlet-atlet cabang olahraga meliputi :

1. Persiapan Fisik
2. Persiapan Teknik
3. Persiapan Taktik
4. Persiapan Psikologis

Seorang atlet akan mampu mengembangkan potensinya secara optimal apabila memenuhi faktor-faktor sebagai berikut: (1) Karakteristik fisik, merupakan komponen penting yang harus disajikan sebagai penunjang penampilan (kapasitas fisik); (2) Penguasaan tehnik secara benar yang diperlukan cabang olahraga tertentu dapat dikembangkan (biomekanika); (3) Tingkat kebugaran secara spesifik untuk aktivitas cabang olahraga tertentu harus dicapai (kapasitas fisiologi); (4) Faktor-faktor psikologis yang memungkinkan atlet berhasil dalam suatu kompetisi perlu dikembangkan dan dipertahankan (menaikan kondisi psikologis); (5) Etika kerja termasuk sikap yang tepat dalam latihan harus disajikan; (6) Kesempatan untuk kompetisi dengan atlet lain yang setara atau tingkat yang lebih tinggi harus bersedia.

Permainan sepak takraw ini merupakan cabang olahraga yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi, dikarenakan bola yang kecil, keras dan permukaan bola yang tidak rata, dengan karakter bola yang liar, serta dengan gerakan yang sulit. Dalam permainan sepak takraw, pemain berusaha untuk memainkan bola di udara tanpa terjatuh dengan menggunakan kaki, dada, paha, bahu, dan kepala. Oleh karenanya apabila seorang atlet sepak takraw ingin meningkatkan prestasinya maka atlet tersebut harus memiliki kemampuan fisik yang prima dan *skill* yang sempurna agar dapat menguasai taktik permainan serta kemampuan mental dan atlet harus memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dalam menampilkan permainan terbaiknya.

Untuk dapat berprestasi tinggi seorang pemain sepak takraw harus menguasai teknik dasar permainan sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Darwis & Basa (1992 : 15) di bawah ini:

Untuk bermain sepak takraw haruslah seseorang ini mempunyai kemampuan atau keterampilan dasar sepak takraw yang baik. Kemampuan yang sangat penting dan sangat perlu dalam bermain sepak takraw adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw. Bila seseorang tidak mempunyai kemampuan itu tidak akan bisa bermain sepak takraw. Kemampuan yang dimaksud adalah menyepak dengan menggunakan bagian-bagian kaki, memainkan bola dengan kepala (main kepala), memainkan bola dengan dada, memainkan bola dengan paha, memainkan bola dengan bahu (membahu).

Sunggono dalam bukunya yang berjudul Sepak Takraw (2008: 11), menjelaskan bahwa:

Sepak sila, sepak kuda / kura-kura, sepak badek atau sepak simpuh (dengan kaki bagian luar), sepak belakang dengan tumit, sepak cungkil, menapak dengan telapak kaki, memaha memainkan bola dengan paha, mendada memainkan bola dengan dada, membahu memainkan bola dengan bahu, heading memainkan bola dengan sundulan kepala pada dahi, kepala bagian belakang dan samping.

Oleh sebab itu penguasaan keterampilan teknik dasar menjadi syarat mutlak bagi keberhasilan seorang pemain. Pelatih harus menjadikan teknik dasar termasuk sebagai prioritas utama dalam proses latihan bagi atlet, dengan demikian, teknik-teknik dasar harus diberikan sejak awal dalam kegiatan latihan.

Salah satu teknik dasar yang amat penting dan dominan dalam permainan sepak takraw adalah servis atau sepak mula. Mengenai teknik servis atau sepak mula Sunggono dalam bukunya yang berjudul Sepak Takraw (2008:19) menjelaskan bahwa:

Sepak mula atau servis adalah sepakan yang dilakukan tekong ke arah lapangan lawan untuk memulai suatu permainan. Sepak mula sangat penting sekali dalam permainan sepak takraw, karena lewat sepak mula yang baik poin atau angka dapat diperoleh bagi regu yang melakukan sepak mula. Kegagalan melakukan sepak mula maka lawan akan mendapatkan nilai.

PB PERSETASI (1999:17) menjelaskan tentang servis bahwa :

Servis atau sepak mula merupakan awal dari permainan sepak takraw. Sepak mula dilakukan oleh tekong ke arah lapangan lawan dan merupakan cara kerja yang penting karena poin atau angka dapat diperoleh oleh regu yang melakukannya. Kesalahan atau kegagalan dalam melakukan servis berarti hilangnya kesempatan bagi regu itu untuk mendapatkan angka. Tekong hendaknya dapat membuat servis yang baik dan dapat mencari sasaran yang lemah dan sukar untuk menerima dan mengontrolnya. Jenis-jenis servis ada yang disebut servis bawah dan ada pula servis atas. Servis atas terdiri dari servis dengan menggunakan kaki bagian dalam, servis dengan punggung kaki dan servis dengan telapak kaki (tapak). Servis atas dilakukan dengan gerakan sebagai berikut : saat awalan, saat tolakan, saat perkenaan bola dengan kaki, saat kaki mendarat.

Permasalahan yang sering terjadi dalam permainan sepak takraw pada gerakan servis, diantaranya yaitu : bola hasil servis menyangkut di net dan keluar dari daerah belakang lapangan lawan (*out*), hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor

Gillang Fajar Setiadi, 2015

HUBUNGAN KESEIMBANGAN DINAMIS DAN KELENTUKAN SENDI PANGGUL DENGAN HASIL SERVIS DALAM PERMAINAN SEPAKTAKRAW

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

diantaranya: a) Pada saat perkenaan bola, kaki tidak lurus dan juga tidak dilakukan secara eksplosif, b) Tidak diikuti dengan keseimbangan tubuh saat menyepak bola di udara kemudian pemain yang melakukan servis tubuhnya mudah terjatuh/condong .

Apabila ditinjau secara lebih mendalam, tidak lurusnya kaki dan kurangnya gerakan eksplosif pada saat servis dikarenakan kurangnya keseimbangan tubuh dan fleksibilitas sendi panggul yang dimiliki oleh seorang tekong.

Untuk meningkatkan kualitas servis yang baik seorang pemain sepaktakraw memerlukan beberapa unsur yang akan mendukung antara lain kemampuan teknik, dukungan fisik, model servis, dan kepercayaan diri. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan Aditia Eggi, S.Pd (tim pelatih sepak takraw Kab. Bandung) yang menyatakan bahwa: "Selain harus menguasai teknik-teknik yang telah dijelaskan, seorang atlet sepaktakraw pada posisi server/tekong juga harus memiliki komponen fisik yang baik khususnya keseimbangan tubuh dan fleksibilitas sendi panggul".

Unsur fisik yang dominan dalam pelaksanaan servis antara lain keseimbangan dinamis dan fleksibilitas sendi panggul. Harsono (1988:223) menjelaskan bahwa: "Mudahnya orang untuk mengontrol dan mempertahankan posisi tubuh. Dalam hal ini khususnya seorang server dalam cabang olahraga sepaktakraw bola hasil servis dapat menjadi serangan awal yang efektif untuk mematikan bola di daerah lawan". Hal ini disebabkan karena adanya keseimbangan mempertahankan posisi tubuh pada saat *impack* bola dengan kaki saat di udara dihasilkan dari keseimbangan tersebut, sehingga perkenaan bola dan kaki pada saat servis yang sesuai.

Sama halnya dengan keseimbangan seorang tekong agar mampu menghasikan hasil servis dengan cepat dan keras harus memiliki fleksibilitas sendi panggul yang baik, oleh karena ruang gerak sendi yang luas pada sendi panggul, maka ayunan memutar tungkai akan semakin besar dan akan memberikan dorongan atau tenaga yang besar pada saat perkenaan dengan bola (*impact*).

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Keseimbangan Dinamis dan Fleksibilitas Sendi Panggul Terhadap Hasil Servis dalam Permainan Sepaktakraw”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dinamis dengan ketepatan servis atas pada atlet sepaktakraw kabupaten Ciamis?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelentukan sendi panggul dengan ketepatan servis atas pada atlet sepaktakraw kabupaten Ciamis?
3. Apakah terdapat hubungan antara keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul secara bersama-sama dengan ketepatan servis atas pada atlet sepaktakraw kabupaten Ciamis?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan dinamis dengan hasil servis dalam permainan sepaktakraw.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kelentukan sendi panggul dengan hasil servis dalam permainan sepaktakraw.
3. Untuk mengetahui hubungan antara keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul secara bersama-sama dengan hasil servis dalam permainan sepaktakraw.

D. Manfaat Penelitian

Apabila penelitian ini telah selesai, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Secara teoritis : Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan secara mendalam bagi pembina dan pelatih tentang pentingnya keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul terhadap hasil servis dalam permainan sepak takraw bagi atlet sepak takraw khususnya untuk posisi tekong.
2. Secara praktis : Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti yang nyata bahwa keseimbangan dan kelentukan sendi panggul memiliki hubungan terhadap hasil servis dalam permainan sepak takraw

E. Batasan Penelitian

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

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

Keberhasilan seorang tekong melakukan servis dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dipertimbangkan seperti: keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul dalam hasil servis pada permainan sepak takraw .

Dalam penelitian ini dibatasi pada masalah hubungan keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul dalam hasil servis pada permainan sepak takraw.

Berdasarkan penjelasan, maka variabel penelitian dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah keseimbangan dinamis (X1) dan kelentukan sendi panggul (X2).
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil servis (Y).

F. Definisi Oprasional

Untuk menghindari terjadinya kesalah pahaman dalam penafsiran beberapa istilah penelitian ini, maka perlu adanya penjelasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

1. Hubungan (korelasi)

Korelasi adalah hubungan antara dua atau lebih variabel kuantitatif, dan derajat hubungannya dinyatakan dengan koefisien korelasi (Lutan, 2001:10.2). maksud hubungan dalam penelitian ini adalah hubungan keseimbangan dinamis dan kelentukan sendi panggul terhadap hasil servis dalam permainan sepak takraw.

2. Keseimbangan dinamis

Keseimbangan Dinamis (*Dinamic balance*) adalah kemampuan orang untuk bergerak dari satu titik atau ruang (*space*) ke lain titik atau ruang (*space*) dengan mempertahankan keseimbangan (*equilibrium*), misalnya menari, latihan pada kuda-kuda, atau palang sejajar, ski air, skating, spatu roda dan sebagainya (Harsono, 1988:223).

3. Sendi panggul

Sendi panggul menurut Ucup Yusup dalam bukunya Anatomi Manusia (2008: 66) adalah terdapat sendi usus kelangkang (*sacroiliaca joint*) dan sendi sela kemaluan (*symphysis pubis*).