

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini sudah lama digemari oleh masyarakat baik wanita maupun pria dari anak-anak sampai orang tua, kecenderungan dalam melakukan aktivitas olahraga oleh sebagian masyarakat diarahkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani sedangkan yang lainnya bertujuan untuk peningkatan prestasi. Salah satu cabang olahraga yang dapat dimanfaatkan sebagai wahana untuk peningkatan kesegaran jasmani sekaligus untuk prestasi adalah olahraga sepak takraw. Sepak takraw berasal dari dua kata yaitu sepak dan takraw. “Sepak” berarti gerakan menyepak sesuatu dengan kaki, dengan cara mengayunkan kaki ke depan atau ke sisi (Depdikbud, 1995). Sedangkan “Takraw” berarti bola atau barang bulat yang terbuat dari anyaman rotan (Depdikbud, 1992). Jadi sepak takraw adalah sepak raga yang telah dimodifikasikan untuk menjadikannya sebagai suatu permainan yang kompetitif. Sedangkan menurut ahli lain mengatakan sepak takraw adalah menyepak bola dengan samping kaki, sisi kaki bagian dalam atau bagian luar kaki yang terdiri dari tiga orang pemain (Sanafiah, 1992).

Berkaitan dengan penguasaan teknik sepak takraw, maka dalam sepak takraw harus bisa menguasai beberapa teknik. Teknik dasar yang dikuasai oleh pemain yaitu: 1) Sepak sila atau menimang bola ke atas tanpa mengubah arah bola dengan kaki bagian dalam, ini adalah teknik yang paling mendasar dan harus sangat dikuasai oleh para pemain sepak takraw karena sepak sila sering di pakai pada saat pertandingan. 2) Sepak Kura adalah menimang bola ke atas dengan bagian punggung kaki atau bagian kura secara beraturan berfungsi untuk mengambil bola yang dekat dengan net atau untuk menahan serangan dari lawan saat pertandingan berlangsung. 3) Memaha adalah sepakan yang menggunakan bagian paha, teknik memaha harus di kuasai oleh seorang pemain karena berfungsi untuk menahan serangan bola lambat atau cepat dari lawan. 4) *Heading* yaitu mempertahankan bola di atas dengan

Suheli, 2014

Hubungan Tingkat Fleksibilitas Sendi Panggul Dan Tinggi Badan Dengan Hasil Sepak Mula (Service) Dalam Sepak Takraw Pada Ukm Upi Bandung

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

memakai kepala bisa berfungsi untuk menahan serangan bola dari lawan dengan menggunakan kepala, selain itu *heading* juga bisa di pakai untuk teknik meyerang pada lawan perkenaannya meliputi dahi/kening, samping kanan kepala, samping kiri kepala dan bagian belakang kepala.

Setelah mampu menguasai teknik dasar permainan sepak takraw, tahap selanjutnya seseorang harus menguasai teknik khusus permainan sepak takraw agar dapat bermain dengan sesungguhnya dilapang. Teknik dasar dan teknik khusus permainan sepak takraw tidak dapat dipisahkan dengan kata lain sangat erat hubungannya karena kedua teknik tersebut saling menunjang. Beberapa teknik khusus dalam permainan sepak takraw diantaranya adalah sebagai berikut : teknik sepak mula, teknik menerima bola, teknik mengumpan, teknik smash dan teknik memblok atau menahan. Salah satu dari teknik khusus ini adalah teknik sebagai permulaan permainan yaitu sepak mula (*service*). Mengutip pendapat Didik dari buku yang ditulis Ratinus : Didik (Ratinus 1992:61) mengatakan bahwa:

”*Service* merupakan cara kerja yang paling penting dalam permainan sepak takraw karena poin atau angka dapat diperoleh regu yang melakukan sepak mula”. Kegagalan atau kesalahan dalam melakukan servis bukan berarti hilangnya kesempatan regu tersebut untuk mendapatkan angka tetapi juga menambah angka bagi pihak lawan.

Servis dilakukan oleh seorang tekong dengan salah satu kaki berada ditengah lingkaran dan pada saat setelah melakukan servis, seorang tekong harus berada dibagian belakang sebagai pemain yang menguasai daerah pertahanan dan untuk mengefisiensikan permainan serta sebagai pengumpan disaat bola dikuasai olehnya. Untuk bermain sepak takraw memerlukan kondis fisik yang prima, oleh sebab itu aspek-aspek ini perlu dilatih agar mendapatkan kondisi puncak sehingga dapat mencapai prestasi yang maksimal. Untuk mencapai suatu hasil sepak mula yang baik diperlukan berbagai macam aspek pendukung yang turut mempengaruhi terhadap keterampilan teknik sepak mula, karena pada rangkaian gerak teknik sepak mula semua aspek berkaitan satu sama lain. Kondisi fisik sebagai peran penting dalam

Suheli, 2014

Hubungan Tingkat Fleksibilitas Sendi Panggul Dan Tinggi Badan Dengan Hasil Sepak Mula (Service) Dalam Sepak Takraw Pada Ukm Upi Bandung

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

program latihan, karena dalam pertandingan membutuhkan kondisi fisik yang betul-betul prima agar mencapai prestasi yang maksimal.

Selain mempunyai kondisi fisik yang prima untuk bermain sepak takraw seseorang juga harus dilihat dari ukuran tubuhnya (antropometri), antropometri berasal dari “*anthro*” yang berarti manusia dan “*metri*” yang berarti ukuran. Secara definitif antropometri dapat dinyatakan sebagai suatu studi yang berkaitan dengan pengukuran dimensi tubuh manusia. Kenyataan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan atribut/ukuran fisik antara satu manusia dengan manusia yang lain. Perbedaan antara satu populasi dengan populasi yang lain dikarenakan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi data antropometri, yaitu umur, jenis kelamin, ras dan suku bangsa serta jenis pekerjaan. Antropometri dapat dibagi menjadi antropometri statis dan antropometri dinamis. Antropometri statis merupakan ukuran tubuh dan karakteristik tubuh dalam keadaan diam (statis) untuk posisi yang telah ditentukan atau standar seperti tinggi badan dan lebar bahu. Sedangkan antropometri dinamis adalah ukuran tubuh atau karakteristik tubuh dalam keadaan bergerak atau memperhatikan gerakan-gerakan yang mungkin terjadi saat pekerja tersebut melaksanakan kegiatan seperti putaran sudut tangan dan sudut putaran pergelangan kaki.

Dalam sepak mula, fleksibilitas sendi panggul sangat diperlukan bagi seluruh pemain sepak takraw terutama untuk tekong, karena tekong adalah pemain yang mengawali suatu pertandingan dengan cara melakukan servis. Fleksibilitas atau kelentukan, dikemukakan oleh Sidik (2007:70) bahwa: ”Kelentukan adalah kemampuan gerak sendi yang seluas-luasnya”. Dari penjelasan tersebut bahwa fleksibilitas sendi panggul penting untuk menjangkau perkenaan bola, maka fleksibilitas sendi panggul mempengaruhi suatu perkenaan bola, ketika bola yang mengarah ke atas maka pergerakan kaki juga bergerak ke arah atas dan pada saat bola mengarah ke samping maka pergerakan kaki juga bergerak ke samping. Fleksibilitas ini digunakan sebagai perluasan sendi agar dapat menjangkau bola dengan mudah dan bisa mendapatkan hasil yang baik dan tepat. Dalam penelitian yang pernah diteliti

Suheli, 2014

Hubungan Tingkat Fleksibilitas Sendi Panggul Dan Tinggi Badan Dengan Hasil Sepak Mula (Service) Dalam Sepak Takraw Pada Ukm Upi Bandung

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

sebelumnya penelitian ini menggunakan instrumen berupa *slide splite* namun hasilnya tidak signifikansi atau tidak terdapat hubungan, dengan hasil yang telah diketahui maka peneliti ingin mengembangkan penelitian sebelumnya dengan menggunakan instrumen berupa *full splite*.

Selain fleksibilitas, ada juga yang menunjang untuk ketepatan melakukan sepak mula (servis) yaitu tinggi badan. Mengutip pendapat Sigit yang dikemukakan oleh Abidin (1999:75) bahwa: "Semakin tinggi seseorang maka akan semakin tinggi pula titik lepas saat melepaskan bola sehingga akan mempermudah pemain dalam menghasilkan dan mencetak angka". Dari penjelasan tersebut bahwa tinggi badan seseorang menentukan hasil servis dalam sepak takraw, karena ada perbedaan dari segi panjang tungkai, akurasi (kecepatan dan ketepatan) serta pergerakan bola saat servis berlangsung. Untuk badan yang tinggi, servis yang dilakukan mempunyai akurasi yang lebih baik, cepat dan kuat dengan gerak bola yang datar. Sedangkan untuk badan yang pendek servis yang dilakukan kurang baik, cepat dan lepas dengan gerak bola melambung seperti parabola. Maka tinggi badan sangat diperlukan dalam melakukan sepak mula (*service*) agar bola masuk ke daerah pertahanan lawan dengan cepat dan tepat.

Ada atau tidaknya hubungan tingkat fleksibilitas sendi panggul dan tinggi badan dengan hasil sepak mula tekong dalam permainan sepak takraw belum diteliti secara mendalam. Maka perlu dilakukan penelitian mengenai hal tersebut sebagai informasi ilmiah yang diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembangan sepak takraw ditempat-tempat latihan sepak takraw, oleh karena itu penelitian ini berjudul "HUBUNGAN TINGKAT FLEKSIBILITAS SENDI PANGGUL DAN TINGGI BADAN DENGAN HASIL SEPAK MULA (*SERVICE*) DALAM SEPAK TAKRAW PADA UKM UPI BANDUNG".

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah ini adalah :

1. Apakah terdapat hubungan antara tingkat fleksibilitas sendi panggul dengan hasil sepak mula pada sepak takraw?
2. Apakah terdapat hubungan antara tinggi badan dengan hasil sepak mula pada sepak takraw?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara tingkat fleksibilitas sendi panggul dengan hasil sepak mula pada sepak takraw
2. Untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan hasil sepak mula pada sepak takraw

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Dapat dijadikan sebagai masukan bagi semua orang terutama bagi para Pelatih maupun Pembina dalam pembinaan para atlet khususnya.
2. Dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan bagi peneliti melalui penelitian yang dibuatnya.
3. Dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan dalam meningkatkan kualitas dan produktifitas para Pelatih dan Pembina sehingga pelatihan yang tepat dapat diterapkan saat pelatihan-pelatihan seterusnya.