

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pembinaan olahraga merupakan salah satu aspek dalam dimensi pembangunan di Indonesia, dengan olahraga dapat memberikan kesempatan dan manfaat bagi setiap manusia untuk sehat, kuat fisik dan mental serta memiliki keterampilan dalam mengisi dan melaksanakan pembangunan secara berkesinambungan.

Menyadari akan manfaat olahraga tersebut, maka kecenderungan dalam melakukan aktivitas olahraga oleh sebagian masyarakat diarahkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani sedangkan yang lainnya bertujuan untuk peningkatan prestasi. Begitu banyak cabang olahraga yang dapat untuk meningkatkan kesegaran jasmani bahkan untuk peningkatan prestasi, salah satu cabang olahraga yang dapat dimanfaatkan sebagai wahana untuk peningkatan kesegaran jasmani sekaligus untuk prestasi adalah olahraga sepak takraw.

Hariadi dalam Wahjoedi(1999:6) mengatakan bahwa :

“Sepak takraw adalah cabang olahraga yang mempunyai ciri khas tersendiri. Gerakan-gerakannya sungguh menarik, sehingga bisa dikatakan sebagai olahraga aerobik, artistik, dan memerlukan keberanian yang cukup tinggi. Gerakan-gerakan teknik dasarnya dimainkan dengan seluruh bagian badan kecuali tangan”.

Menurut pendapat tersebut dapat dipahami bahwa olahraga sepak takraw merupakan olahraga yang memiliki gerakan-gerakan yang menarik dan berani, oleh karena itu banyak masyarakat indonesia menggemari olahraga

sepak takraw, karena olahraga sepak takraw merupakan salah satu olahraga tradisional yang digemari di Indonesia.

Sepak takraw merupakan olahraga yang cukup digemari di Indonesia khususnya di daerah Sumatra Barat. Karena olahraga sepak takraw adalah jenis olahraga campuran dari sepak bola dan bolavolly, dan permainannya tidak boleh menyentuh bola dengan kedua tangan. Dalam melakukan gerakan teknik dasar sepak takraw haruslah terlebih dahulu mengetahui cara pelaksanaannya dengan tepat dan benar, karena dalam melakukan teknik sepak takraw memerlukan keterampilan khusus. Sebagaimana yang diuraikan di atas teknik-teknik dasar sepak takraw dikategorikan olahraga aerobik, artistic, dan memerlukan keberanian yang cukup tinggi.

Pada olahraga sepak takraw, seorang pemain harus menguasai teknik dasar yang baik, sebab hal tersebut merupakan salah satu syarat untuk menjadi seorang pemain takraw yang baik. Salah satu teknik dasar dalam olahraga sepak takraw adalah *smash*. Tanpa mengabaikan teknik dasar yang lain, *smash* adalah teknik dasar yang sering digunakan dalam pertandingan sepak takraw karena sangat efektif dalam mematikan bola dan dalam perolehan nilai/angka. Menurut Darwis dalam Sajoto(1988: 141) mengemukakan bahwa “*Smash* adalah gerak kerja yang terpenting dan merupakan gerak akhir dari gerak kerja serangan ke daerah lawan.” Menurut pendapat tersebut dapat dijelaskan betapa pentingnya teknik *smash* dalam permainan sepak takraw, karena *smash* merupakan serangan akhir ke arah lawan dan berguna untuk mencetak poin.

Dalam permainan sepak takraw kita mengenal 2 macam jenis *smash* yaitu *smash* gulung, dan *smash* kedeng. Terdapat perbedaan yang jelas diantara kedua *smash* tersebut, *smash* gulung adalah *smash* yang dilakukan seperti gerakan salto (kedua kaki tidak menyentuh tanah), *smash* gulung sering dilakukan oleh pemain professional karna resiko cideranya besar. Kalau gerakan *smash* kedeng salah satu kaki menyentuh tanah jadi hanya satu kaki yang tidak menyentuh tanah. *Smash* kedeng sering kita jumpai dalam permainan sepak takraw. Dalam penelitian ini akan dibahas lebih lanjut mengenai *smash* kedeng, karena berdasarkan observasi dilapangan para Siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman lebih sering menggunakan teknik *smash* kedeng.

Menurut Sulaiman (2008: 33) mengatakan bahwa “*Smash* kedeng adalah pukulan *smash* yang dilakukan dengan menjulurkan kaki ke atas mengejar bola, tidak dilakukan dengan putaran badan (salto) di udara”. Menurut pendapat tersebut dapat dipahami bahwa *smash* kedeng merupakan salah satu teknik dalam permainan sepak takraw yang dimana dengan menjulurkan salah satu kaki ke atas mengejar bola, tanpa melakukan putaran badan (salto) di udara. *smash* kedeng dilakukan dengan memukul bola menggunakan kaki kanan ataupun kiri.

Menurut Sudarso (2015: 142) cara melakukan *smash* kedeng adalah

Sikap awal berdiri membelakangi net, awalan harus dilakukan dengan cepat dengan cara melangkah atau lari kecil menuju arah datangnya bola, kemudian menolak ke atas dengan bertumpu pada salah satu kaki terlebih dahulu, kemudian segera diikuti dengan merendahkan badan dengan jalan menekuk lutut agak ke bawah, tolakan kaki tumpu ke atas secara eksplosif dengan bantuan lengan, luruskan tungkai serta putar

badan (pinggul, punggung, bahu) ke arah dalam kemudian lakukan *smash* kedeng dengan putaran pinggul dan punggung. Gerakan ikutan dimulai dari tungkai, punggung, bahu dan lengan secara bersamaan berputar ke arah luar, kemudian tungkai ditarik ke bawah dan mendarat dengan ke dua kaki”.

Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa dalam melakukan *smash* terdapat beberapa gerakan yang terstruktur, mulai dari sikap awal sampai sikap akhir. Apa bila seorang siswa sudah mengetahui cara pelaksanaan *smash* kedeng, maka siswa akan bisa membayangkan dan mempraktekkan *smash* kedeng yang berpedoman dengan cara pelaksanaan *smash* kedeng tersebut.

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi berhasil atau tidaknya melakukan *smash* kedeng untuk mencetak poin diantaranya, komponen-komponen kondisi fisik, kesegeran jasmani, motivasi pemain, keterampilan pengajaran pelatih, sarana dan prasarana, metode latihan, dan pengaruh lingkungan sekitar. Dari beberapa faktor yang mempengaruhi *smash* kedeng tersebut dalam penelitian ini penulis akan membahas tentang komponen kondisi fisik.

Agar dapat mengembangkan teknik dasar *smash* kedeng, maka harus ditunjang dengan komponen-komponen kondisi fisik yang merupakan syarat dalam melakukan serangan *smash* yang benar. Menurut Sudrajat (2000: 22), “Bahwa dalam suatu teknik dasar sepaktakraw membutuhkan keterampilan untuk mempertahankan keseimbangan (*non-lokomotor*) dan keterampilan *manipulatif*”. Menurut Sudrajat (2000: 76), bahwa “*Power* otot tungkai, kelincahan, daya tahan otot dan fleksibilitas adalah komponen fisik yang

diperlukan dalam permainan sepak takraw”. Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat dijelaskan bahwa beberapa komponen kondisi fisik sangat berpengaruh dalam melakukan gerakan teknik dasar sepak takraw khususnya *smash* kedeng.

Berdasarkan komponen-komponen kondisi fisik di atas, maka *power* memegang peranan yang sangat penting dalam permainan sepak takraw khususnya dalam melakukan *smash* kedeng. *Power* yang dimaksud adalah *power* otot tungkai, karena dengan adanya *power* otot tungkai yang baik maka seorang pemain dapat melakukan *smash* kedeng dengan baik pula, tetapi hal ini harus ditunjang dengan komponen-komponen kondisi fisik yang dapat meningkatkan dan berpengaruh pada keterampilan melakukan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw.

Selain dari *power* yang merupakan peranan penting dalam melakukan *smash* kedeng sepak takraw, keseimbangan juga memiliki peranannya sendiri untuk melakukan *smash* kedeng dalam sepak takraw. Unsur keseimbangan umumnya sering tidak diperhatikan baik oleh pembimbing/ guru maupun oleh pemain/ siswa itu sendiri, namun sebenarnya unsur ini sangat berperan penting dalam pola rangkaian gerakan *smash* kedeng. Keseimbangan diperlukan sebagai kontrol sehingga pada saat pelaksanaan semua unsur-unsur yang lain dapat bekerja dengan optimal sehingga dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw. Dalam pertandingan sepak takraw akibat dari kurangnya kekuatan otot tungkai dan keseimbangan sangat besar pengaruhnya terhadap berhasil atau tidaknya

*smash* kedeng, contohnya saat akan melakukan *smash* kedeng apabila tidak memiliki *power* otot tungkai yang baik maka hasil sepakan tidak akan terarah ataupun tajam dan itu akan memudahkan lawan untuk mengembalikan *smash* kedeng tersebut. Pada saat melakukan *smash* kedeng keseimbanganpun sangat dominan mempengaruhi akan berhasil atau tidaknya hasil *smash* kedeng, karena pada saat melakukan *smash* kedeng keseimbangan memberikan control bagi tubuh dan hasil sepakan.

Berdasarkan uraian di atas mencermati fakta dan realita yang terjadi pada saat sekarang ini, masih ada beberapa pemain yang belum menguasai teknik *smash* dengan baik. Hal ini juga terlihat pada siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman, masih banyak yang belum menguasai teknik melakukan *smash* dengan baik, hal ini terlihat pada hasil observasi yang penulis lakukan ke lapangan yang dimana pada saat itu siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman sedang melakukan sparing *partner* permainan sepak takraw pada tanggal 2 Desember 2017. Banyak terjadinya kesalahan-kesalahan saat melakukan *smash* kedeng seperti perkenaan kaki yang tidak tepat, hasil dari sepakan (*smash*) tidak terlalu kuat, hasil sepakan tidak terarah, ada pada saat momen *smash* yang harus dilakukan namun tidak dilakukan, dan sering terjatuhnya siswa saat akan melakukan *smash*.

Berdasarkan wawancara penulis dengan guru dan siswa dapat diketahui bahwa kesalahan-kesalahan *smash* kedeng terjadi karena kurangnya pengetahuan dalam melakukan teknik *smash* sepak takraw tersebut. Selain

kurangnya pengetahuan siswa, faktor komponen kondisi fisik juga sangat berpengaruh terhadap berhasil atau tidaknya dalam melakukan *smash* kedeng sepak takraw. Komponen kondisi fisik tersebut yang dominan mempengaruhi keterampilan *smash* kedeng sepak takraw adalah *power* otot tungkai dan keseimbangan.

Mencermati tentang kondisi fisik yang dimaksud dalam hal ini dengan *power* otot tungkai maka *smash* kedeng yang dihasilkan akan lebih kuat dan tajam sehingga dapat mematikan lawan. Selain itu keseimbangan juga memberikan pengaruh besar bagi siswa untuk melakukan *smash* kedeng, karena dengan adanya keseimbangan yang baik siswa akan mudah mengontrol badan bahkan *smash* yang akan dilakukan. Maka dari pengamatan yang penulis lakukan kepada para siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman memiliki kualitas *power* otot tungkai dan keseimbangan yang masih jauh dari yang diharapkan sehingga hal ini akan berdampak besar pada keterampilan melakukan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah penulis uraikan, banyak masalah yang bisa diteliti, penulis mengidentifikasi sebagai berikut :

1. *Power* otot tungkai
2. Keseimbangan
3. Kesegaran jasmani
4. Motivasi siswa
5. Pengetahuan siswa tentang *smash* kedeng

6. Keterampilan siswa melakukan *smash* kedeng
7. Kurangnya latihan
8. Kemampuan pengajaran guru
9. Sarana dan prasarana sekolah
10. Dukungan dari pihak sekolah
11. Pengaruh lingkungan sekitar

### C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan melakukan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman dan keterbatasan dana, waktu, serta keampuan penulis, tenaga dan referensi yang ada, maka penulis membatasi masalah penelitian ini yaitu :

1. *Power* Otot Tungkai
2. Keseimbangan
3. *Smash* Kedeng

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai dengan keterampilan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman?



2. Apakah terdapat hubungan keseimbangan dengan keterampilan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman?
3. Apakah terdapat hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan keterampilan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui hubungan *power* otot tungkai dengan keterampilan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman.
2. Untuk mengetahui hubungan keseimbangan dengan keterampilan *smash* kedeng dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman.
3. Untuk mengetahui hubungan *power* otot tungkai dan keseimbangan dengan keterampilan *smash* kedeng secara bersama-sama dalam permainan sepak takraw siswa SMPN 2 X 11 Kayu Tanam Kabupaten Padang Pariaman.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang telah diuraikan di atas maka hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi :

1. Untuk memberikan sumbangan yang positif bagi ilmu pengetahuan khususnya yang berkaitan dengan hubungan otot tungkai dan keseimbangan dengan keterampilan *smash* kedeng sepak takraw.
2. Dapat digunakan oleh peneliti, guru, pelatih dalam mengetahui hubungan antara otot tungkai dan keseimbangan dengan keterampilan *smash* kedeng sepak takraw.
3. Untuk mendapat gelar sarjana pendidikan dalam bidang keilmuan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Universitas Bung Hatta.
4. Agar mahasiswa menjadikan skripsi ini bahan bacaan dan bahan kajian di perpustakaan.