BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan dapat dimaknai sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-Undang, 2003).

Satu-satunya jenis pendidikan formal di sekolah yang dominan menggunakan aktivitas fisik sebagai proses pembelajarannya adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani dapat mendukung pencapaian makna pendidikan seperti di atas pada aspek keterampilan siswa, dalam hal ini adalah keterampilan motorik (Setiawan, 2014: 60). Pendidikan jasmani sebagai wadah aktivitas gerak jasmani yang diselenggarakan dalam berbagai bentuk kegiatan fisik merupakan wahana pendidikan keterampilan motorik, kognitif, sekaligus pendidikan karakter siswa (Rismayanthi, 2011:12-13). Dapat juga dikatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas gerak jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh (Setiawan, 2017).

Pendidikan ditempuh melalui beberapa jenjang. Jenjang pendidikan yang ada di Indonesia antara lain: pendidikan anak usia dini, pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Jenjang pendidikan harus dilalui secara berurutan, karena sifat dari jenjang pendidikan adalah saling berkaitan satu sama lain. Salah satu jenis pendidikan dasar yang ada yaitu sekolah menengah pertama (SMP). Sekolah menengah pertama normalnya ditempuh dalam waktu 3 tahun. Pada pendidikan sekolah menengah pertama ini mampu menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, memiliki pandangan luas dan maju untuk mencapai cita-cita yang diinginkan.

Sepak takraw merupakan jenis olahraga yang bermula dari permainan tradisional. Sebagai cabang olahraga permainan, olahraga ini termasuk olahraga yang menarik, karena di dalamnya terdapat gerakan-gerakan yang bersifat akrobatik yang menarik untuk ditonton. Sepak takraw sendiri merupakan salah

satu cabang olahraga permainan asli dari Indonesia. Aspek dasar dari permainan sepak takraw sendiri tidak terlepas dari pembinaan dan peningkatan prestasi.

Seperti yang sudah dijelaskan, permainan sepak takraw adalah permainan yang menggunakan seluruh bagian badan kecuali tangan. Dengan demikian sangat penting agar seorang pemain sepak takraw itu banyak melatih diri terutama menggunakan kaki atau sepakan. Agar dapat bermain sepak takraw dengan baik dan benar maka seorang pemain harus mengkuti dan melaksanakan latihan secara bertahap dan intens. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain, ada teknik dasar sepak sila, sepak cungkil, memaha, *heading*, tekong *(service)*, *smash*, dan *block*.

Dari rangkaian teknik dasar di atas ada beberapa teknik yang harus diketahui, yaitu teknik bertahan dan teknik menyerang. Teknik bertahan meliputi sepak sila yang baik dan *block*. Sedangkan teknik menyerang adalah *smash* dan tekong (*service*). Selanjutnya Saputro (2017: 113) menyebutkan bahwa “Sepak sila merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak takraw yang harus dikuasai oleh atlet sepak takraw sebelum menginjak ke teknik-teknik khusus yang lain seperti servis, *smash*, maupun *blocking”*.

Oleh karena itu, berbagai variasi latihan yang menunjang dalam proses latihan sepak sila sangat diperlukan untuk meningkatkan teknik sepak sila tersebut. Selain itu pemberian variasi latihan dapat mengurangi tingkat kejenuhan dan kebosanan atlet dalam berlatih dan dapat meningkatkan semangat atlet dalam berlatih dikarenakan dengan adanya variasi-variasi latihan yang baru. Teknik-teknik tersebut meliputi sepak sila, sepak kuda/sepak kura (punggung kaki/kura kaki), sepak cungkil. menapak, sepak badek, menyundul (*heading*), mendada, memaha, dan juga membahu.

Sepak sila sendiri merupakan teknik yang paling utama dalam permainan sepak takraw. Sepak sila juga memiliki berbagai macam fungsi yang digunakan untuk mengumpan atau mengoper bola kepada kawan, menerima bola lawan, mengembalikan bola dari lawan, dan juga meyelamatkan serangan lawan. Oleh karena itu seorang pemain diharuskan memiliki kemampuan sepak sila yang baik agar dapat melakukan permainan sepak takraw dengan baik juga.

Cara peningkatan penguasaan teknik sepak sila melalui bentuk variasi latihan berpasangan ini tentunya akan membantu siswa meningkatkan kemampuannya dalam menguasai bola. Kemampuan penguasaan bola dalam permainan sepak

takraw merupakan faktor yang sangat berpengaruh. Apabila seorang atlet memiliki kemampuan mengontrol yang baik maka penguasaan bola dalam permainan akan lebih mudah dilakukan.

Penyebab gagalnya kesempatan untuk menyerang ini karena bola terkadang tidak bisa diambil, bola yang diambil tidak bisa dikuasi akibat pantulan yang kurang baik atau arah bola yang diambil dan diangkat kurang bagus, bola *service* terlalu cepat dan kuat serta atau tipuan sehingga bola jauh dari jangkauan, sehingga untuk mengolah bola menjadi suatu serangan balik menjadi tidak maksimal.

Hal ini sejalan dengan kenyataan yang senantiasa dijumpai di lapangan menyebutkan bahwa salah satu masalah yang dihadapi siswa di SMP Negeri 3 Telaga dalam pelaksanaan ekstrakurikuler yaitu masih banyaknya siswa yang memiliki keterbatasan dan tidak memiliki kemampuan yang baik dalam melakukan teknik sepak sila, hal ini dikarenakan karena siswa hanya disuruh untuk melakukan langsung gerakan tanpa diberikan contoh dan juga metode variasi, kadang kala siswa juga langsung *game* atau bermain. Keterbatasan-keterbatasan yang ada dapat menyebabkan kurangnya kualitas hasil pembelajaran ekstrakurikuler.

Perlu dilakukan suatu metode variasi latihan berpasangan terhadap peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Telaga. Hal ini dilatar belakangi oleh faktor kurang tepatnya gerakan kaki siswa pada saat melakukan sepak sila dalam bermain sepak takraw di SMP Negeri 3 Telaga, gerakan siswa terlihat kaku sehingga bola tidak dapat dikontrol dengan baik. Oleh karena itu peneliti berkeinginan untuk mengetahui lebih lanjut dengan meneliti topik tersebut pada peserta ekstrakulikuler sepaki takraw di SMP Negeri 3 Telaga.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Metode latihan yang kurang bervariasi
2. Kurangnya keterampilan dasar sepak sila peserta ekstrakurikuler sepak takraw
3. Kurangnya pemahaman tentang teknik sepak sila.

1.3 Batasan Masalah

Bersumber pada identifikasi masalah yang ada dengan segala

keterbatasannya, maka penelitian ini perlu adanya pembatasan agar masalah yang dikaji lebih fokus dan tidak terlalu luas. Adapun permasalahan peneliti ini dibatasi pada pengaruh latihan variasi berpasangan terhadap keterampilan dasar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Telaga. Masalah yang dibatasi pada penelitian ini bertujuan untuk membatasi masalah yang akan diteliti.

1.4 Rumusan Masalah

Bersumber pada identifikasi dan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : "Bagaimana Pengaruh Latihan Variasi Berpasangan Terhadap Keterampilan Dasar Sepak Sila dalam permainan Sepak Takraw pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Telaga?"

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan variasi berpasangan terhadap keterampilan dasar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Telaga.

1.6 Manfaat Penelitian

Bersumber pada ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini membahas tentang pengaruh latihan variasi berpasangan terhadap keterampilan dasar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Telaga. Penelitian ini bermanfaat sebagai referensi dalam pengembangan penelitian tentang "Pengaruh Latihan Variasi Berpasangan Terhadap Keterampilan Dasar Sepak Sila Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP Negeri 3 Telaga?"

2. Manfaat Praktis

   Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat ke berbagai pihak baik secara teoritis maupun praktis, manfaat sebagai berikut :

   a. Menambah pengetahuan bagi guru pendidikan jasmani dan memberikan

pembelajaran tentang olahraga sepak takraw.

b. Menambah manfaat ilmu dalam lapangan bidang *study* pendidikan jasmani yang menyangkut pengaruh metode variasi latihan berpasangan terhadap koordinasi mata kaki pada keterampilan sepak sila permainan sepak takraw.
c. Memberikan masukkan bagi program studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar tentang pengaruh metode variasi latihan berpasangan terhadap koordinasi keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw.
d. Mengembangkan minat, bakat, dan kemampuan serta keterampilan peserta didik melalui kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw yang ada di sekolah.