

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga telah menjadikan gejala sosial yang telah tersebar diseluruh dunia. Olahraga telah menjadikan tontonan, pendidikan, mata pencarian, kesehatan dan kebudayaan. Olahraga dapat digunakan dan diarahkan untuk banyak tujuan, sehingga pengertian olahraga belum ada kesatuan yang serasi, oleh karena itu olahraga merupakan gerak manusia yang kompleks. Seiring dengan majunya ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara di dunia termasuk Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negaranya melalui olahraga. Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, pemupukan watak disiplin dan sportifitas, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan bagi suatu bangsa. Lepas dari hal tersebut yang tidak kalah pentingnya bahwa olahraga merupakan aspek penting bagi kehidupan sehari-hari sehingga menjadi salah satu hal yang di butuhkan di kalangan masyarakat. Dalam dunia olahraga prestasi terdapat beberapa cabang olahraga seperti sepak bola, badminton, dan salah satunya sepak takraw yang cukup populer di kalangan masyarakat Indonesia. Cabang olahraga sepak takraw berkembang mulai tahun 1983, sedangkan Persatuan Sepak Takraw Indonesia (PSTI) sendiri sudah berdiri sejak tahun 2002 di

Indonesia, seluruh daerah di Indonesia sudah memiliki Pengurus daerah (Pengda) atau sekarang bernama Pengurus Provinsi (Pengprov), hal ini menunjukkan seberapa populernya sepak takraw dikalangan masyarakat Indonesia.

Prestasi sepak takraw di Indonesia cukup menjanjikan di tingkat Internasional, tim sepak takraw Indonesia dapat menyumbangkan medali perunggu pada ajang 4 tahunan *SEA Games* 2017 dinomor *team double event*, di pertandingan *ASEA Games* 2019 tim sepak takraw Indonesia dapat menyumbangkan medali emas dinomor yang sama, lalu di ajang *ASIAN Games* 2018 tim sepak takraw Indonesia pernah menyabet 1 medali emas, 1 perak 3 perunggu. Hal ini menunjukkan bahwa tim sepak takraw Indonesia cukup menjanjikan di tingkat ASIA. Hal ini berdampak pada populernya cabang olahraga sepak takraw di Indonesia termasuk dikalangan kabupaten Sumenep.

Populernya sepak takraw di kabupaten Sumenep tidak merambah masyarakat di daerah perkotaan, perkembangan sepak takraw lebih populer di satu kepulauan yang ada di Kabupaten Sumenep yaitu di kepulauan Masalembu salah satunya di Sekolah SMP Negeri 1 Masalembu . Hal ini terbukti dengan atlet-atlet yang mewakili Kabupaten Sumenep di ajang-ajang nasional berasal dari kepulauan masalembu tersebut, pihak PSTI (Persatuan Sepak Takraw Indonesia) Sumenep juga membenarkan hal tersebut bahwasanya sepak takraw populer di daerah kepulauan tersebut. Beberapa prestasi yang ditorehkan oleh kontingin sepak takraw Kabupaten Sumenep

seperti KEJURDA, POPDA, PORPROV Jawa timur, dan bahkan ada salah satu atlet yang dapat mewakili kejenjang PON salah satunya atlet yang berasal dari kepulauan Masalembu, pencapaian prestasi tersebut tidak mudah ada beberapa faktor yang harus dikuasai seperti teknik, taktik, fisik dan mental yang harus dimiliki oleh atlet.

Bukan hanya teknik, taktik, dan mental yang harus dimiliki seorang atlet, Terdapat banyak faktor penunjang untuk tercapainya sebuah prestasi olahraga termasuk dalam cabang olahraga sepak takraw, Salah satu faktor yang dapat menunjang dan berpengaruh pada prestasi olahraga sepak takraw adalah kondisi fisik dari atlet tersebut, banyak komponen dalam kondisi fisik seperti yang dikatakan Sajoto (1988: 57), bahwa kondisi fisik tersebut memiliki suatu komponen-komponen meliputi : Daya tahan (*endurance*), kecepatan (*speed*), kekuatan otot (*muscular strength*), kelincahan (*agility*), kelentukan (*flexibility*), ketepatan (*accuracy*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*).

Pada cabang olahraga sepak takraw seluruh komponen kondisi fisik sangatlah penting akan tetapi ada beberapa komponen yang dominan untuk menunjang seorang atlet maksimal dalam permainan sepak takraw. Menurut Lhaksana (2011: 17–18), dari delapan komponen fisik tersebut tidak seluruhnya harus dimiliki secara baik. Ada komponen yang menjadi pelengkap dari komponen yang lain. Melihat dari cabang olahraga Sepak Takraw, dapat disimpulkan bahwa komponen yang harus lebih dominan

dimiliki atlet Sepak Takraw adalah kekuatan otot perut, daya tahan, dan kelincahan (agility).

Sepak takraw di Kepulauan Masalembu salah satunya di SMP Negeri 1 Masalembu, beberapa kali menyabet prestasi akan tetapi keadaan kondisi fisik atletnya masih dikatakan kurang baik. Hal ini diperjelas oleh hasil observasi terhadap pelatih ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Masalembu yang menyatakan bahwa keadaan kondisi fisik atlet Tim sepak takraw SMP Negeri 1 Masalembu kurang. Maka dari peneliti berinisiatif mengambil judul penelitian Survei tingkat kondisi fisik atlet tim sepak takraw SMP Negeri 1 Masalembu tahun 2020-2021.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat didefinisikan permasalahan yaitu :

1. Kurangnya kesadaran tim sepak takraw SMP Negeri 1 Masalembu terhadap kondisi fisik sebagai penunjang tercapainya prestasi tertinggi dalam permainan sepak takraw.

C. Batasan Masalah

Dari permasalahan yang sudah dijelaskan diatas, maka peneliti membatasi peneliti yang akan dilakukan, sebagai berikut :

1. Penelitian ini hanya terbatas pada tim sepak takraw SMP Negeri 1 Masalembu tahun 2020-2021.

2. Penelitian ini hanya ingin meneliti tentang Survei tingkat kondisi fisik kekuatan otot perut, daya tahan, dan kelincahan, tim sepak takraw SMP Negeri I Masalembu tahun 2020-2021.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan judul penelitian di atas, penulis dapat membuat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kondisi fisik atlet Tim Sepak Takraw SMP Negeri 1 Masalembu tahun 2020-2021?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang dirumuskan di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui:

1. Mengetahui Tingkat kondisi fisik Tim Sepak Takraw SMP Negeri 1 Masalembu tahun 2020-2021.

F. Manfaat Penelitian

Secara umum pentingnya penelitian ini adalah untuk bahan pertimbangan dalam pembinaan dan peningkatan prestasi permainan sepak takraw demi tercapainya suatu prestasi yang lebih baik dan maksimal.

Sedangkan secara khusus pentingnya penelitian ini adalah :

1. Bagi para peneliti lanjut :

Dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya, juga bahan pertimbangan apabila mengadakan penelitian yang sama.

2. Bagi lembaga yang bersangkutan :

Memberikan informasi tentang hasil Survei tingkat kondisi fisik Tim Sepak Takraw SMP Negeri 1 Masalembu tahun 2020-2021.

3. Bagi prodi pendidikan olahraga, kesehatan dan rekreasi khususnya PJKR STKIP PGRI Sumenep :

Yaitu sebagai bahan informasi bagi penelitian yang lain dan sebagai bahan tambahan bacaan diperpustakaan.

4. Bagi peneliti :

Sebagai bekal pengalaman dalam bidang penelitian sebagai dasar bagi pengembangan pengetahuan dimasa yang akan datang dan sebagai bekal untuk penyusunan proposal dalam rangka mencapai gelar kesarjanaan dibidang kependidikan olahraga.

G. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah pengertian dalam mengartikan istilah-istilah yang digunakan, dalam penelitian ini perlu adanya definisi operasional, sebagai berikut:

1. Kekuatan otot perut adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam mempergunakan otot untuk menerima beban sewaktu berlatih, pelaksanaannya menggunakan “*sit-up*” dalam satuan detik (*Stopwatch*).

2. Daya tahan dilihat dari kerja otot adalah kemampuan kerja otot atau sekelompok otot dalam jangka waktu tertentu, sedangkan ketahanan dari sistem energi kemampuan organ-organ tubuh dalam jangka waktu tertentu, pelaksanaan menggunakan” *Multistage Fitness Test*” dalam satuan detik (*Stopwatch*).
3. Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya, pelaksanaannya menggunakan “*Shuttle- run*” dalam satuan detik (*Stopwatch*).

