

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bolatangan merupakan sebuah cabang olahraga yang baru saja berkembang di kalangan masyarakat Indonesia, sehingga masih sedikit yang tahu olahraga ini dan terkesan sebuah modifikasi yang sengaja diciptakan untuk menghilangkan kejenuhan terhadap salah satu atau beberapa cabang olahraga yang sudah jauh lebih berkembang seperti futsal dan basket. Bolatangan sendiri menggabungkan beberapa olahraga seperti basket dan futsal diantaranya untuk teknik ada persamaan dengan basket sedangkan sarana prasarana hampir sama dengan futsal.

Permainan bolatangan sangat berbeda dan memiliki ciri khas sendiri dalam memainkannya. Hal ini dapat dilihat dari beberapa teknik dasar yang sederhana tapi sangat kompleks dan salah satunya adalah *dribble* dengan posisi telapak tangan tetap menghadap ke bawah. Bolatangan merupakan sebuah olahraga kompetitif yang dimainkan oleh dua tim dan masing-masing tim terdiri dari 7 orang dimainkan di lapangan 20x40 meter dengan durasi 2x30 menit. Olahraga ini diklaim sebagai cabang olahraga yang lebih dulu dimainkan daripada sepakbola. (IHF dalam Susanto, 2005).

Berdasarkan perkembangan bolatangan di Kabupaten Sumenep hanya di kalangan kampus yang mengetahui permainan bolatangan dan pengurus asosiasi bolatangan Indonesia (ABTI) Kabupaten Sumenep masih tahap

pengusulan. Di kampus STKIP PGRI Sumenep sendiri Khususnya di Prodi PENJASKESREK (Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi) ada mata kuliah pilihan yaitu Bolatangan dan Banyak Mahasiswa Penjaskesrek yang antusias ingin tau apa itu bolatangan dengan mengikuti latihan Bolatangan setiap hari selasa dan kamis, ada juga beberapa mahasiswa prodi lain dan terbentuk Tim Bolatangan STKIP PGRI Sumenep yang di bentuk oleh seorang dosen Penjaskesrek yaitu Kusnan, M.Pd dan diteruskan oleh yaitu Dyas Andre Prasetyo M.Pd selaku pelatih tim bolatangan. Dari beberapa mahasiswa yang mengikuti Tim Bolatangan STKIP PGRI Sumenep dengan bekerja sama bersama pelatih mempunyai inisiatif untuk mengembangkan bolatangan di Kabupaten Sumenep dengan Sosialisasi ke Sekolah Yang ada di Kabupaten Sumenep dari tingkat SMA sampai SD, sosialisasi tersebut sudah berjalan di sekolah tingkat SMA/SMK/MA.

Beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bolatangan menurut Prasetyo (2018:58) meliputi 4 aspek, yaitu Tangkapan, *Passing*, *Dribbling*, dan *Shooting*. Keempat teknik dasar inilah yang menentukan keberhasilan bermain bolatangan. Dalam bolatangan teknik dasar *shooting* sangat membantu tim untuk menjadi pemenang, *Shooting* merupakan suatu bentuk serangan yang dilakukan oleh suatu tim untuk menghasilkan/ mencetak gol ke gawang lawan. Macam – macam *shooting* (menembak) ada 7 yaitu :

1. *The standing throw shot* (menembak dengan sikap berdiri)
2. *The jump shot* (menembak dengan lompatan ke atas)

3. *The dive shot* (menembak pada saat melompat kedepan)
4. *The fall shot* (menembak psambil menjatuhkan diri ke samping/ke depan)
5. *The side trowh* (menembak dari samping badan)
6. *The flying shot* (menembak pada saat melayang)
7. *The reverse shot* (menembak membalik/memutar)

Beberapa kejuaraan pun banyak bergulir dan menambah kesan cabang olahraga bolatangan sebagai olahraga baru yang sudah berkembang pesat dan banyak diminati. Mulai dari kejuaraan antar klub, pelajar, bahkan Perguruan Tinggi. Pada kejuaraan antar Perguruan Tinggi sudah memasuki tahun ke-3, dimana Universitas Negeri Surabaya sebagai tuan rumah. Pada 2016 kejuaraan ini bertajuk se-Jawa Timur yang pada saat itu menghasilkan juara I Unesa, juara II STKIP Trenggalek, juara III Unesa B, dan juara IV STKIP PGRI Sumenep. Hal ini berlanjut hingga kejuaraan Nasional pada 2018.

STKIP PGRI Sumenep sebagai satu-satunya Perguruan Tinggi yang mengembangkan olahraga bolatangan gagal mempertahankan gelar juara dan bahkan tidak meraih juara sama sekali. Hal ini dikarenakan regenerasi tim baru dan masih dalam tahap adaptasi. Selain itu ketepatan saat melakukan *shooting* kurang tepat sasaran kadang menyamping , ke atas gawang. *Shooting* seharusnya dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mendapatkan poin atau mematikan lawan.

Bedasarkan informasi dari pelatih, tim bolatangan putra STKIP PGRI Sumenep lemah pada *fyling shoot* saat pertandingan.

Berdasarkan masalah tersebut, maka yang perlu ditingkatkan adalah penerapan bentuk latihan mental. Salah satu bentuk latihan mental adalah *Imagery*. *Imagery* merupakan suatu bentuk latihan mental yang berupa pembayangan diri dan gerakan di dalam pikiran. Latihan mental yang kedua adalah konsentrasi merupakan suatu keadaan di mana kesadaran seseorang tertuju kepada suatu objek tertentu dalam waktu tertentu. Semakin baik konsentrasi seseorang, maka semakin lama seseorang dapat melakukan konsentrasi. Dalam olahraga konsentrasi memegang peranan penting. Selain itu, faktor teknik *shooting* pemain juga mempengaruhi pada kegagalan tahun ini. Hal ini terbukti dari hasil skor yang diraih Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep kurang memuaskan dan bahkan sangat jauh tertinggal dari tim Perguruan Tinggi lain. Oleh karena itu kesenjangan ini harusnya segera ditelusuri agar dapat menjadi bahan evaluasi demi prestasi lebih baik di tahun mendatang. Dengan kesenjangan inilah peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan *Imagery* Terhadap Ketepatan *Shooting* Tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep Tahun 2019”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa kemungkinan permasalahan sebagai berikut:

1. Prestasi Tim Bolatangan STKIP PGRI Sumenep menurun.
2. Akurasi *shooting* atlet tidak terlalu baik.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut di atas, maka batasan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Terfokus pada latihan *Imagery* dan ketepatan *shooting*.
2. Hanya dikaji dan diteliti pada atlet Bolatangan STKIP PGRI Sumenep.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh latihan *Imagery* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bolatangan ?
2. Seberapa besar pengaruh latihan *Imagery* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bolatangan ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui latihan *Imagery* terhadap Ketepatan *Shooting* pada tim Bolatangan Putra STKIP PGRI Sumenep.

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini dapat berguna sebagai temuan baru agar dapat mengantisipasi permasalahan akurasi *shooting* pada permainan bolatangan.

2. Praktis

Secara praktis penelitian ini sangat bermanfaat bagi berbagai pihak khususnya atlet dan pelatih. Beberapa manfaat tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

- a. Pelatih : sebagai bahan evaluasi tim untuk lebih baik kedepannya.
- b. Atlet : mengatasi masalah akurasi/ketepatan *shooting* dalam permainan bolatangan

G. Definisi Operasional

a. Latihan *Imagery*

Latihan *Imagery* adalah suatu latihan yang berfungsi untuk melatih meningkatkan mental, konsentrasi, memperbaiki teknik dasar yang melibatkan semua penginderaan meliputi pikiran, perasaan maupun hormon adrenalin yang menciptakan pengalaman dalam pikiran.

b. *Shooting* Bolatangan

Shooting / Menembak merupakan suatu usaha/tindakan terpenting dalam permainan untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Dan mendapat angka sebanyak – banyaknya.