

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam Penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. pelaksanaan bukan melalui pengajaran didalam kelas yang bersifat kajian teori,namun melibatkan unsur fisik. sepak takraw suatu permainan yang dilakukan diatas lapangan empat persegi panjang,rata,baik ditempat terbuka (outdoor) maupun tertutup (indoor). Sepak takraw dilakukan secara formal. pendidikan formal (PF) yang sering disebut pendidikan persekolahan,berupa rangkaian jenjang pendidikan yang telah baku. pembinaan sepak takraw salah satunya dapat dilaksanakan disekolah melalui kegiatan non formal (ekstrakurikuler). kegiatan ekstrakurikuler diarahkan untuk membina serta meningkatkan bakat,minat, dan kemampuan. kegiatan ini diharapkan dapat memunculkan siswa berprestasi,karena prestasi tidak diciptakan dalam waktu yang singkat. untuk dapat bermain sepak takraw secara mahir dituntut mempunyai kemampuan menguasai teknik dasar terlebih dahulu, tanpa menguasai teknik dasar pasti tidak dapat bermain sepak takraw dengan baik. dalam permainan sepak takraw ada berbagai macam teknik yang harus dikuasi oleh pemain agar dapat bermain sepaktakraw dengan baik seperti: kemampuan sepak sila,sepak kuda, sepak mula (servis),

dan smash. namun, tidak berarti prestasi sepak takraw hanya ditentukan oleh pemilik teknik dasar yang baik saja. ada faktor-faktor lain yang menunjang peningkatan kemampuan dalam bermain . adapun kebutuhan fisik yang diperlukan bagi pemain sepaktakraw meliputi dua aspek yaitu pembinaan fisik secara umum dan pembinaan fisik secara khusus.Selain itu, faktor mental pemain juga menentukan kualitas bermain, kemampuan dasar

Menurut Delphie (2006, 20) gerak merupakan alat bantu kita untuk dapat berpinda dari satu relasi ke relasi yang lain sehingga ruang itu menjadi milik kita permainan sepak takraw memiliki peran yang sangat penting terhadap keberhasilan dalam bermain sepak takraw.

Sepak Sila adalah salah satu daya tarik yang ditemui dalam permainan sepak takraw yaitu terletak pada gerakan sepak sila. Sepak sila merupakan ibu dari permainan sepak takraw, karena bola dimainkan terbanyak disepak dengan bagian kaki mulai dari permulaan permainan sampai dengan membuat poin. menurut PERSETASI (2002: 5) sepak sila adalah menyepak dengan menggunakan kaki bagian dalam. sepak sila digunakan untuk menerima dan menimang atau menguasai bola, mengumpan antaran bola dan untuk menyelamatkan dari serangan lawan. menurut hamidi (2008: 14) sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. dalam permainan sepak takraw, sepak sila digunakan untuk menerima dan menguasai bola, mengumpan, dan menyelamatkan bola dari serangan lawan.”

Menurut Winarno (2004:18) sepakan (menimang) bola dalam permainan sepak takraw dapat dilakukan dengan cara: menggunakan kaki

bagian dalam (sepak sila), menggunakan punggung kaki (sepakan kuda), dan menimang bola dengan bagian kepala. salah satu teknik dasar dari sepakan (menimang) adalah sepak sila merupakan salah satu sepakan yang dilakukan dengan menggunakan kaki dalam, selain dapat digunakan sebagai tempat untuk menimang, mengontrol dan mengumpan. untuk penerapan metode latihan dan upaya peningkatan komponen keterampilan teknik gerak dasar sepak sila yang tepat dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan pembelajaran metode latihan yang terdiri dari penerapan latihan individu (sendiri) dan metode penerapan latihan berpasangan, yang mana kedua metode tersebut merupakan suatu bentuk dari rangkaian variasi dan modifikasi dalam latihan. untuk itu guru harus mampu memilih dan menerapkan metode latihan yang tepat selain bermaksud untuk mencapai tujuan keberhasilan pembelajaran tetapi juga sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan sepak sila.

Adapun beberapa manfaat olahraga yang pertama dari segi kesehatan yaitu, dapat meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan meningkatkan kualitas komponen kondisi fisik, seperti kerja jantung dan paru-paru, serta mengurangi tekanan darah tinggi, hingga dapat membakar kalori. yang kedua, takraw merupakan hal yang positif bagi kesehatan mental karena dari minat yang miliki, seseorang dapat menjalankan aktivitas diluar rumah dan melakukan interaksi dengan banyak orang yang mempunyai minat yang sama. yang ketiga, olahraga takraw juga sebagai ajang rekreasi hal ini karena saat bermain futsal tubuh mengeluarkan hormon endorphen yang dapat

menimbulkan rasa senang, sehingga bila kita melakukan latihan fisik seperti ini secara teratur maka akan terhindar dari depresi dan kecemasan.

Sehubungan dengan hal yang dijelaskan diatas, berdasarkan pengamatan serta observasi data siswa kelas 9 A di SMP Negeri 1 Rote Barat Daya bahwa siswanya telah lama mengenal materi pembelajaran permainan bola kecil cabang olahraga sepak takraw, baik melalui proses belajar mengajar di sekolah (intrakulikuler maupun ekstrakulikuler) lingkungan masyarakat, namun dikalangan siswa sendiri SMP Negeri I Rote Barat Daya masih sangat kurang pemahamannya tentang kemampuan melakukan gerak dasar sepekan sila dan kemauan untuk melakukan variasi metode latihan sepekan atau menimang pada komponen gerak dasar sepekan dalam permainan sepak takraw.

Berdasarkan paparan diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Tinjauan Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakuriler”**

B. Identifikasi Masalah

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

1. Belum diketahui Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler
2. Belum diketahui Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw
3. Belum Diketahui Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak meluas maka peneliti membatasi masalah pada diteliti yaitu Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimana Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Gerak Sepak Sila Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

Harapan yang diperoleh dari penelitian ini yaitu sebagai bahan referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi menjadi sala satu referebsi perpustakaan UKAW

2. Manfaat Praktis

Diharapkan dari hasil penelitian ini, dapat dimanfaatkan sebagai masukan dan sumbangan pemikiran mengenai pentingnya penerapan model pembelajaran sepak sila berbasis permainan kecil pada ekstrakurikuler bagi peneliti diharapkan dapat menumbuhkan pengetahuan dan memperluas wawasan berdasarkan pengalaman dari apa yang ditemui di lapangan.